



CENTRUL ARTEMIS
Consultanță și Proiectare în Managementul Calității Vieții

INSTITUTUL DELPHY
Institutul Internațional pentru Dezvoltare Umană și Comunitară



AURELIAN BURCU

MANAGEMENTUL CALITĂȚII VIEȚII ȘI CONDIȚIEI UMANE

*

Abilitățile Consilierului

Editura Mega

2004

*Profesiunea nu este o specializare
în a face ceva, ci o deschidere, un orizont pentru creație și
autocreație, pentru progres și autodepășire.
Profesiunea este pentru om eterna chemare și mereu marea
tentativă. De aceea nu se poate preda în școli:
fiindcă e un copac falnic înflorit în Primăvara tinereții,
născut în sufletul omului din sămânța furată de alizeul pasiunii,
ocrotit de soarele speranței și hrănit din
seva dorinței de sine și de alții.*

*

*În Iarnă, toți copacii sunt la fel
(deopotrivă cei sălbatici cu cei roditori): goi, pustii, cu ramurile
sterpe tinzând către Văzduh într-un impuls al disperării, cu
lacrimi prelungi de sevă împietrită legându-i teluric de umbra
pământului. Și doar două Anotimpuri le dau libertatea de a se
descoperi în adevărata lor măsură:
Anotimpul Speranței - Primăvara, care îi măsoară după
frumusețea și puterea viziunii lor, după șuvoiul de viață aprinsă ce
le saltă prin vine dăruindu-se naturii în parfum și culoare, după
dorința, speranța și optimismul trăirii, după Promisiunea
Viitorului. Și apoi Anotimpul Culesului, al Dovezii în care puterea
credinței a reușit să strângă întreaga sevă a Speranței în roade
pârguite pentru setea de viață a vieții înseși.
Asemeni copacilor sunt și oamenii.*

CUPRINS

PREAMBUL	5
----------------	---

CAPITOLUL I

PRIVIRE GENERALĂ ASUPRA CONSILIERII ÎN

MANAGEMENTUL CALITĂȚII VIEȚII ȘI CONDIȚIEI UMANE	12
--	----

CAPITOLUL II

CONDIȚIA GENERALĂ A CONSILIERULUI

I. Generalități	24
II. Definiția consilierii și consilierului	32
III. Idei greșite despre consilier	34

CAPITOLUL III

FUNCȚIILE CONSILIERULUI

I. Introducere	39
II. Funcțiile de bază ale consilierului	41
1. Funcția de agent al Transformării	41
2. Funcția de Prevenție	41
3. Funcția de Suport	42
4. Funcția de Garant	42
5. Funcția de Confident	43
6. Funcția de Educator	44
7. Funcția de Creator de Ambient	45
8. Funcția de Cercetător	46
9 Funcția de Avocat al Sinelui	46

CAPITOLUL IV

ABILITĂȚILE CONSILIERULUI

I. Calitățile și abilitățile consilierului	50
A. Atitudinea față de Psihologia Ființei	50
B. Fondul Moral și Nivelul Conștiinței	50
C. Trăsături de personalitate-prezentare generală	52
1. Capacități intelectuale	52
2. Aptitudinea de a înțelege oamenii, de a se apropia și a lucra/ colabora cu ei	52
3. Trăsături de Caracter	53
4. Capacitatea de a comunica, a convinge și a motiva	53
5. Maturitate afectivă (emoțională) și cognitivă (intelectuală)	53
6. Temperament și resurse energetice	54
D. Calități ale consilierului propuse/dorite de clienți	54

E. Detalii privind calitățile profesionale ale consilierului	55
a) Căldura sufletească	58
b) Naturalitatea	59
c) Empatia	62
d) Privirea/optica necondiționat pozitivă	66

II. Motive determinante pentru alegerea profesiei de consilier	67
--	----

CAPITOLUL V

PREGĂTIREA PROFESIONALĂ A CONSILIERULUI

I. Obiective de ansamblu	71
II. Studii și cerințe didactice	72
A. Studii sociale clasice:	72
a) Studii superioare	72
b) Formare transdisciplinară	74
B. Elemente de Știință Spirituală	78
C. Pregătirea de Specialitate	79
a) Aprofundarea disciplinară:	79
b) Specializarea holografică:	79
c) Specializarea domeniială	80
III. Alte aspecte esențiale ale pregătirii profesionale	80
1. Conceptualizarea	81
a) Viziunea general umană	81
b) Viziunea psihologică	84
c) Perspectiva terapeutică	84
2. Învățarea experiențială	85
a) Reflectarea	86
b) Autoformarea	87
c) Autoconștientizarea	88
d) Condițiile învățării experiențiale	89
e) Înțelegerea psihoterapeutică	90
3. Autoanaliza profesională	92
4. Supervizarea	94
5. Sprijinul profesional	95
IV. Cerințe și condiții ale unei consilieri/psihoterapii eficiente	96
A. Introducere	96
B. Factorii specifici relației client-consilier/psihoterapeut	103
a) Înțelegerea și întâlnirea clientului pe terenul său	103
b) Încredere în sine și în ceilalți	105
c) Simpatizarea clienților	106
d) Construirea realității terapeutice	106
e) Corectarea obiectivelor imaginare și a metodelor	

ineficiente de atingere a acestora	107
f)Utilizarea ședinței de psihoterapie pentru a motiva clienții în direcția schimbării.....	109
g)Ajutarea clienților să-și mărească repertoriul de abilități pntru rezolvarea problemelor	109
h)Ajutorarea clienților să mențină achizițiile obținute în urma terapiei	110
C. Factori de eficientizare	111
1.Identificarea problemelor	112
2.Stabilirea și înțelegerea semnificației unui act terapeutic	113
3.Activarea clienților	114
4.Provocarea clienților pentru a obține informații suplimentare	115
5.Utilizarea sarcinilor terapeutice.....	116
6.Stabilirea unor obiective specifice pentru psihoterapie.....	117

CAPITOLUL VI

DEONTOLOGIA PROFESIONALĂ

I. Optica față de client	118
II.Îndatoririle fundamentale ale consilierului	133
1. Îndatoriri universale	133
• Responsabilitatea	135
• Competența	136
• Standarde morale și legale	138
• Declarațiile publice	139
• Confidențialitatea	143
• Confortul și bunăstarea pacientului.....	144
• Relațiile profesionale	145
• Tehnicile de analiză.....	148
• Cercetarea cu subiecți umani	149
• Grija față de animale și folosirea lor	152
2. Alte îndatoriri specifice	154
a) Confidențialitatea.....	154
b)Îndatorirea de comuniune.....	155
c)Crearea de ambient	155
d)Îndatorirea de a obține rezultate	155
e)Îndatorirea de a cerceta.....	156
f)Îndatorirea de colegialitate	156
g)Îndatorirea de echivalență	157
h)Îndatorirea de echidistanță.....	157
i) Îndatorirea de autoperfecționare.....	157

III. Drepturile generale ale consilierului	158
--	-----

ANEXA I

Titluri în completarea prezentului volum	160
--	-----

ANEXA II

Definiții ale consilierului-Psigoterapeut	171
---	-----

ANEXA III

Tipuri de psihoterapii.....	177
-----------------------------	-----

ANEXA IV

Codul etic al Asociației Americane de Terapie pentru Familie și Căsătorie.....	192
--	-----

ANEXA V

Procedura selecționării consilierilor	201
---	-----

PREAMBUL

Tuturor celor care, iubind atât de mult zborul, au revenit pe pământ.

Iolanda Mitrofan

Natura însăși i-a stabilit animalului sfera de acțiune, și acesta se mișcă liniștit în cadrul ei, fără să încerce s-o depășească, fără să bănuiască măcar că mai poate exista și o altă sferă.

Divinitatea i-a hărăzit și omului un scop general, și anume acela de a înnobila omenirea cât și pe sine însuși, dar l-a lăsat pe el singur să-și caute mijloacele prin care va putea atinge acest scop; ea a lăsat în seama omului să-și aleagă poziția în societate care-i corespunde cel mai mult și care-i dă cele mai multe posibilități de a se ridica pe sine și a ridica societatea.

Această posibilitate de a alege este un mare privilegiu pe care-l are omul față de toate celelalte ființe, dar, totodată, datorită ei îi poate fi distrusă întreaga viață, îi pot fi zădărnicate toate planurile, poate fi nenorocit. Prin urmare, prima datorie a tânărului care pășește în viață și care nu vrea să lase la voia întâmplării problemele lui cele mai importante, este să chibzuiască cu toată seriozitatea asupra acestei alegeri.

Fiecare om are în fața lui un scop care, cel puțin lui, i se pare mareț și care într-adevăr este mareț atunci când este recunoscut ca atare cu cea mai profundă convingere de către glasul lăuntric al inimii, căci divinitatea nu-l lasă niciodată pe muritor fără un îndrumător; glasul acesta e abia șoptit, dar e sigur.

Glasul inimii poate fi însă înăbușit cu ușurință, și ceea ce am luat drept inspirație poate fi produsul unei clipe și tot într-o clipă poate fi

distrus. Fantezia noastră este poate înflăcărată, simțirea noastră-tulburată, tot felul de himere se perindă în fața ochilor noștri și ne avântăm cu pasiune spre țelul pe care credeam că însăși divinitatea ni l-a indicat; dar ceea ce am strâns cu ardoare la piept ne respinge curând și constatăm că întreaga noastră existență poate fi distrusă.

De aceea trebuie să chibzuim cu seriozitate dacă profesiunea aleasă ne entuziasmează într-adevăr, dacă glasul lăuntric încuviințează alegerea noastră sau dacă ceea ce am considerat entuziasm nu este decât o iluzie, dacă ceea ce am luat drept o chemare a divinității n-a fost decât o autoînșelare. Dar cum ne-am putea da seama de acest lucru dacă nu analizând însuși izvorul acestui entuziasm?

Ceea ce este măreț e înconjurat de strălucire, strălucirea trezește vanitate, iar vanitatea poate provoca cu ușurință entuziasmul sau ceea ce am crezut că este entuziasm; pe cel care e mânat de demonul ambiției, rațiunea nu-l mai poate înfrâna, el se avântă într-acolo unde îl târăște o forță de neînving, el nu-și mai poate alege singur locul în societate, întâmplarea și iluzia sunt cele care hotărăsc.

Chemarea noastră nu este a ocupa acea poziție socială care ne oferă cea mai mare posibilitate de a străluci. O asemenea poziție nu este de așa natură încât, ocupând-o poate ani de-a rândul, să nu simțim niciodată oboseala, zelul nostru să nu slăbească niciodată și entuziasmul nostru să nu scadă. Dimpotrivă, curând ne vom da seama că dorințele noastre nu s-au împlinit, că ideile noastre nu s-au împlinit, vom începe să cântăm împotriva divinității, să blestemăm omenirea.

Dar nu numai vanitatea poate stârni un entuziasm subit pentru o profesiune sau alta. Noi înșine am înfrumusețat-o, poate, cu produsul fanteziei noastre, am înfrumusețat-o într-atât încât a devenit supremul

bun pe care ni-l poate oferi viața. Noi nu am analizat această profesiune, nu am luat în considerație toate dificultățile ei, marea răspundere care ne revine; am privit-o numai din depărtare, și depărtarea e înșelătoare.

În această privință, propria noastră rațiune nu poate fi un sfetnic bun pentru noi, fiindcă ea nu se bazează nici pe experiență, nici pe o observare mai profundă și fiindcă e înșelată de simțuri și orbită de fantezie. Și atunci încotro să ne îndreptăm privirile, cine să ne ajute acolo unde rațiunea noastră nu este suficientă?

Inima noastră ne îndeamnă să ne adresăm părinților, căci ei au trecut prin viață și cunosc asprimea soartei.

Și dacă entuziasmul nostru va persista, dacă vom continua să îndrăgim profesiunea aleasă, să ne simțim chemați spre ea și după ce vom chibzui cu sânge rece, după ce ne vom fi dat seama de toate greutățile pe care le implică, după ce vom fi luat cunoștință de necazurile inerente ei, atunci va trebui să alegem, atunci entuziasmul nostru nu ne va înșela și nu vom lua o hotărâre pripită.

Nu ne putem alege însă întotdeauna profesiunea pentru care ne simțim chemați; situația noastră în societate este într-o oarecare măsură stabilită chiar înainte ca noi să fim în stare să hotărâm.

Chiar și natura noastră fizică ni se opune uneori amenințătoare și nimeni nu cutează să-i nesocotească legile.

Este în puterea noastră, ce-i drept, să ne ridicăm deasupra ei, dar ne-am prăbuși repede; în cazul acesta ar însemna că am îndrăznit să înălțăm un edificiu pe o bază putredă și întreaga noastră viață ar fi o luptă nefastă între principiul trupesc și cel spiritual. Dar cum ar putea cel ce nu e în stare să înfrângă elementele care se află în luptă cu sine însuși să

țină piept asaltului năvalnic al vieții, cum ar putea să acționeze în liniște? Și numai în liniște se pot săvârși fapte mărețe și frumoase; numai liniștea reprezintă terenul pe care se pot coace roadele.

Dar, deși condiția noastră fizică fiind necorespunzătoare profesiei noastre, nu putem munci vreme îndelungată și arareori munca ne produce bucurie, totuși, gândul că ne sacrificăm comoditatea pe altarul datoriei ne împinge să acționăm energic cu toate forțele noastre slabe. Dacă însă am ales o profesie pentru care nu avem aptitudinile necesare, nu o vom putea îndeplini niciodată așa cum se cuvine și curând vom recunoaște rușinați propria noastră incapacitate și ne vom spune că suntem ființe inutile, membri ai societății care nu sunt în stare să-și îndeplinească menirea. Consecința firească va fi disprețul față de noi înșine, și există oare sentiment mai dureros decât acesta, sentiment mai greu de alinat decât orice ti-ar oferi lumea exterioară? Disprețul de sine este un șarpe care ți se zbate veșnic în piept, îți mușcă inima și-ți sugă sângele, vărsând în el veninul urii față de oameni și al disperării.

Eroarea în aprecierea aptitudinilor noastre pentru o anumită profesie pe care am analizat-o în amănunțime și care, chiar dacă nu e condamnată de lumea exterioară, ne chinuie mai mult decât ne-ar putea chinui aceasta.

Dacă am cumpănit bine toate acestea și condițiile vieții noastre ne permit să ne alegem orice profesie, trebuie s-o îmbrățișăm pe aceea pe care o considerăm cea mai demnă, care e bazată pe idei de al căror adevăr suntem pe deplin încredințați. Putem să alegem profesia care ne oferă cea mai mare posibilitate de a activa în numele omenirii și de a ne apropia de țelul general, în raport cu care orice profesie, nu este decât un mijloc de a ne apropia de desăvârșire.

Demnitatea este cea care-l înalță cel mai mult pe om, cea care-l înobilează acțiunile și toate năzuințele, îi permite să se ridice deasupra mulțimii și-i atrage admirația tuturor.

Dar demnitate poate oferi numai acea profesie în care nu ne manifestăm ca niște unelte oarbe, ci ne permite o creație independentă în sfera noastră, numai acea profesie care nu ne obligă să săvârșim fapte condamnabile – nici măcar aparent condamnabile -, profesie pe care omul cel mai desăvârșit și-o poate alege, fiind mândru de alegerea sa. Profesia care corespunde în cel mai înalt grad acestor cerințe nu e întotdeauna cea mai înaltă, dar este întotdeauna cea mai potrivită.

Așa cum o profesie care nu corespunde demnității noastre ne înjosește, tot așa o profesie bazată pe idei de care ulterior ne dăm seama că sunt false ne distruge. Nu mai găsim salvare decât în autoînșelare, și a te salva prin autoînșelare înseamnă desperare.

Profesiunile care n-au prea multă tangență cu viața, ci se ocupă în primul rând cu adevărurile abstracte sunt cele mai periculoase pentru un tânăr ale cărui principii nu sunt încă ferme, ale cărui convingeri nu sunt încă trainice și solide. Dar aceste profesii ni se par cele mai nobile dacă sunt adânc înrădăcinate în inimile noastre, dacă suntem gata să ne sacrificăm viața și să ne punem toată strădania în slujba ideilor care predomină în aceste profesii.

Ele pot aduce fericirea celui ce simte o chemare pentru aceste profesii, dar îl pot distruge pe cel care se hotărăște în mod pripit la alegerea lor, fără a chibzui bine, sub impulsul momentului.

Dimpotrivă, părerea bună pe care o avem despre ideile ce stau la baza profesiei noastre ne oferă o poziție mai înaltă în societate, ne

amplifică sentimentul propriei noastre demnități, conferă demnitate acțiunilor noastre.

Cel care-și alege o profesiune pe care o prețuiește, se cutremură la gândul că ar putea să nu fie demn de ea, iar acțiunile sale vor fi nobile chiar pentru simplul motiv că poziția sa în societate e nobilă.

Ceea ce trebuie să ne conducă în primul rând în alegerea profesiei este binele omenirii, propria noastră desăvârșire. Nu trebuie să ne închipuim că aceste două interese pot deveni ostile, pot fi angrenate într-o luptă, iar unul din ele trebuie să-l distrugă pe celălalt; firea omului este astfel alcătuită, încât nu se poate ajunge la desăvârșire decât muncind pentru desăvârșirea semenilor săi, pentru binele lor.

Omul care muncește pentru sine poate ajunge un savant celebru, un mare înțelept, un excelent poet, dar niciodată un om desăvârșit, un om cu adevărat mare. Istoria consideră oameni mari pe cei care muncind pentru înfăptuirea scopurilor generale s-au înnobilit pe ei înșiși; experiența arată că cel mai fericit este cel care a adus fericire celor mai mulți oameni; religia însăși ne învață că idealul spre care tindem cu toții s-a sacrificat pentru omenire, și cine ar îndrăzni să tăgăduiască astfel de învățături?

Dacă ne-am ales o profesiune în cadrul căreia putem face cel mai mult pentru omenire, nu ne vom încovoia sub povara greutăților, căci este o jertfă în folosul tuturor; bucuria noastră nu este o bucurie jalnică, mărginită, egoistă, ci fericirea noastră este fericirea a milioane de oameni, faptele noastre vor dăinui în veci, iar cenușa noastră va fi stropită cu lacrimile fierbinți ale oamenilor nobili. **Karl Marx**

“Despre alegerea profesiei în viață”

CAPITOLUL I

PRIVIRE GENERALĂ ASUPRA CONSILIERII ÎN MANAGEMENTUL CALITĂȚII VIAȚII ȘI CONDIȚIEI UMANE

*Acționează astfel încât să folosești umanitatea
atât în persoana ta cât și în persoana oricui altuia, totdeauna
în același timp ca scop și niciodată ca mijloc.*
Emanuel Kant

Liniile majore ce trasează și definesc optica existențială a Psihologiei Ființei și respectiv Managementul calității Vieții și Condiției Umane ca parte aplicativă a acesteia, se structurează în jurul câtorva noțiuni-cheie printre care la loc de frunte se situează: Condiția umană (statutul de ordin cosmic, natural social și biologic al Omului contemporan), cele 4 Dimensiuni ale Vieții Umane, Piramida Trebuințelor Fundamentale, Proiectul Vieții Personale, Programul de Dezvoltare Individuală, Lumea de Vis. Detalii despre acestea am oferit în volumele “Psihologia Ființei”, “Fundamentele consilierii în Managementul calității Vieții și Condiției Umane”, respectiv “Calitatea Vieții și Condiției Umane”, astfel încât, în cele ce urmează ne vom reaminti numai câteva cadre necesare unei mai bune înțelegeri privind misiunea Centrului, precum și deosebirile marcante față de alte instituții de profil.

1. „Omul este o parte a ceea ce numim Univers” (Einstein), o parte încadrată armonic în întregul ansamblu al ordinii Cosmice, organizate sistemic și holografic, pe multiple nivele de realitate, guvernate de legi/reguli și ordini specifice; de la microuniversul subatomic până la macrouniversul intergalactic totul este un flux continuu de viață și ființă,

în cadrul căruia omul reprezintă numai una dintre nenumăratele forme – în perpetuă schimbare – pe care le îmbracă Existența „una din nenumăratele nervuri formând evantaiul anatomic și spiritual al vieții” (Theillard de Chardin)

2. Omul social reprezintă o realitate în sine hipercomplexă, determinată prin creația de sine continuă, ca urmare a impulsului și acțiunii sinergice permanente a unei multitudini de factori ce pot fi repartizați pe categorii majore, dintre care se remarcă în principal: **Factorii Cosmici** (adică Forțele ce modelează evoluția Vieții la toate nivelele), **Forțele Naturii** (influența reciprocă pe care formele de viață – Ființele – o produc unele asupra altora ca urmare a existenței, manifestării și interacțiunilor reciproce), **Forțele Sociale** (acelea născute ca urmare a existenței și organizării societății specific-umane; tot ceea ce putem numi cultură și civilizație sub toate sensurile și aspectele), **Ființa Umană în sine** (cu structura a sa internă: Sinele, Conștiința, Caracterul, Natura) și **Ființa Umană în Manifestare** (Personalitatea), alături de care se adaugă **Ființa Umană în perspectivă** (adică ceea ce își propune să devină ori ceea ce devine ca urmare a unei optimi, a deciziei, efortului, unui *plan* sau pur și simplu ca urmare a perpetuării unui anumit *Stil de Viață*).

3. În calitate de ființă cu statut cosmic, omul – acea formă/structură și standard de evoluție la care viața devine conștientă de ea înseși, iar ființa responsabilă de sine – are *întreita misiune existențială de participa (de acum) activ la procesul perfecționării, al progresului și evoluției condiției proprii ca ființă, de a sprijini celelalte ființe în*

evoluția lor personală și de asemenea de a interpreta cât mai bine rolurile primite pe Scena Lumii. Toate acestea se întemeiază pe libertatea sa de opțiuni, pe capacitatea sa de creație, pe puterea de a înțelege (a pătrunde) tainele universului și pe necesitatea dezvoltării continue ce animă toate formele de viață pretutindeni în Cosmos.

4. Pe de altă parte „*omul este o ființă înzestrată cu un proiect.*” **Întreaga sa existență constă în „punerea în formă a destinului său.** Căci ceea ce sinele său este în mod potențial, omul trebuie să devină actualizat în această viață.” (Maslow, Rogers)

5. Omul contemporan (omul social) este totodată o ființă – sau mai corect un fenomen – de o maximă complexitate. Această situație derivă din două categorii de factori: pe de o parte **Piramida Trebuințelor** are activitate în prezent, în egală măsură, un număr de **9 trepte** cuprinzând necesități ce trebuie satisfăcute – de la cele primare (fiziologice) până la cele de spiritualitate și transcendență – iar pe de altă parte, omul, în demersul de a satisface aceste necesități, interacționează într-o gamă extrem de variată deopotrivă, atât cu sine însuși, cât și cu factori de mediu (Societate, Natură, Cosmos), având astfel o arie de manifestare ce acoperă toate cele **4 Domenii ale Vieții** sale: Viața materială, Viața Socială, Viața Individuală și respectiv Viața Spirituală.

6. Specific, deci, prin excelență omului contemporan este **Necesitatea Existențială** de a rezolva concomitent și în egală măsură 3 aspecte:

- a) -împlinirea întregii misiuni existențiale echivalentul asumării condiției sale specific umane
- b) - satisfacerea deopotrivă a celor 9 trepte ale Piramidei Trebuințelor
- c) - acoperirea tuturor celor 4 Domenii ale Vieții sale în această Lume

Rezolvarea acestor trei aspecte se realizează prin combinarea lor sinergică într-o rețetă absolut unică și individuală, personalizată, dinamică, în continuă adaptare, trans-formare și evoluție/progres, numită **Drumul Devenirii Personale**.

7. Toate problemele pe care le întâmpină în viața lor individul și omenirea, în ansamblu, se datorează în prezent (și subliniem în prezentul continuu) faptului că ființa umană trăitoare în lume – omul social – nu își descoperă și urmează acest Drum personal, rătăcind mai toată viața pe cărări străine naturii și condiției sale individuale.

Condiția/starea actuală a omului este o mare întunecare datorită **pierderii sensului vieții** (cu tot ceea ce se află în ea) și a **rostului propriu**. Omul contemporan este singura ființă (la nivelul întregii Naturi) pierdută de sine.

Pentru că în lumea Naturii toate ființele își satisfac/îndeplinesc starea/condiția existențială în baza Legilor imuabile ce le guvernează, prin simplul *fapt de a fi*. Însă omul are libertatea de a participa el însuși la asumarea condiției sale specifice și de aceea faptul de a fi nu mai e suficient: el trebuie completat **cu a voi** (adică responsabilitatea) și **a face** (adică realizarea, creația, efortul personal).

8. Pentru ca ființele să fie stimulate a participa la procesele cosmice ale devenirii vieții asumându-și condiția existențială proprie fiecăreia,

le-a fost lăsat, ca factor de stimulare și atragere spre acest demers, sentimentul **împlinirii de sine**, ca *trăire profundă (la toate nivelele ființei) a vibrației în deplină armonie atât cu sine înseși cât și cu toate componentele universului în care viețuiește*. Ființa umană se simte împăcată cu sine și cu rosturile lumii, bucurându-se plenar de toate aspectele existenței la care participă clipă de clipă. Împlinirea de sine reprezintă concretizarea, actualizarea, materializarea/obiectualizarea și experimentarea, în *viață și în lume, aici și acum*, în mod continuu, a ceea ce abstract și filozofic se numește fericire, ca stare de spirit. Însă **împlinirea de sine nu exclude suferința**, ci aceasta reprezintă chiar motorul, instrumentul de orientare pe calea ce duce la dobândirea și permanentizarea (prin continua reactualizare) trăirii armonizate pe toate planurile. Este factorul ce direcționează ființa atrăgându-i atenția când se abate de la standardele cerute de această împlinire: adică de la manifestarea condiției existențiale în complexitatea cerințelor actuale prezentate la pct. 6.

Deci, până la urmă, cerința fundamentală a existenței ființei umane (ca dealtfel a tuturor ființelor) trebuința/nevoia/dorința sa cea mai mare, impulsul și imperativul ce orientează toate manifestările sale este realizarea împlinirii de sine în viață și în lume. Toate celelalte lucruri (evenimente, ființe, obiecte, procese, fenomene etc.) gravitează, se raportează și sunt supuse acestei Necesități de prim rang. Toate resursele energetice (externe și interne, atât ale individului cât și ale societății/națiunilor/grupurilor) sunt orientate și consumate în acest demers de obținere a împlinirii.

9. **Calea spre Împlinirea de Sine** trece însă prin următorii pași (schematic prezentați mai jos):

A. Dobândirea cunoașterii

a) – *cunoașterea de sine*, a naturii proprii, a tuturor aspectelor ce definesc, personalizează și determină deopotrivă complexitatea și unicitatea unei ființe umane.

b) – *cunoașterea Naturii, a Universului, a celorlalte Ființe* pentru a înțelege Lumea (cu rosturile ei) și a descoperi în acest ansamblu rostul și valoarea proprie precum și sensul devenirii individuale.

c) – *cunoașterea Forțelor Modelatoare ale Vieții*, a influențelor acestora asupra propriei dezvoltări, a tehnicilor de manipulare a acestor forțe și a regulilor de combinare a lor;

B. Conștientizarea/înțelegerea/asumarea:

a) – misiuni existențiale întreite

b) – celor 9 categorii de Trebuințe Fundamentale necesare a fi satisfăcute

c) – celor 4 Domenii fundamentale ale Existenței persoanei umane în această Viață și Lume

C. Realizarea și implementarea Proiectului strategic al Vieții Personale, care presupune:

a) – luarea în calcul a *tuturor aspectelor ce definesc deopotrivă condiția existențială de ansamblu a ființei umane* (arătate la pct B) cât și a tuturor elementelor ce conturează și concretizează *specificul, individualitatea și unicitatea proprie* (nivelul și cerințele Conștiinței, valorile Caracterului, conținutul Naturii, Forțele modelatoare, structura Personalității, Organizarea vieții și Scopurile/Obiectivele stabilite pentru viitor).

b) – combinarea acestora sinergică (într-o interdependență, intercondiționare, interacțiune reciproc transformatoare) într-un plan sistematizat, valabil și eficient: **Proiectul Vieții Personale**

c) – stabilirea *modalităților concrete de transpunere* în practică a Proiectului, de obiectualizare a lui sub forma unei realități posibil de implementat aici și acum, în această viață și în această lume, modalitate cunoscută drept: **Drumul (Calea) Vieții Personale**

d) – stabilirea *strategiilor generale* în măsură să asigure *fiabilitatea și posibilitatea de adaptare continuă* a Drumului Vieții, de modelare, orientare a lui în funcție de conjuncturile concrete ce apar pe măsura avansării și derulării existenței individuale, fără ca Proiectul să fie afectat în esența sa de toate transformările la care este supus acesta (Drumul), ori ale factorilor de mediu (sociali, naturali, cosmici) ce întâmpină ființa umană în procesul devenirii sale.

D. Realizarea și derularea Programului de Dezvoltare Individuală.

Ființa umană – ca toate ființele la nivelul întregii Naturi – trebuie să dea curs procesului de creștere/dezvoltare/evoluție continuă. Numai că, spre deosebire de Lumea Naturii, omul este responsabil de bunul mers, de progresul propriei sale ființe. Programul de dezvoltare asigură îndeplinirea acestei necesități existențiale. Implementarea și derularea sa în această lume și viață sunt asigurate prin intermediul (și în cadrul) Proiectului Vieții Personale. Acesta din urmă îmbracă/dă un trup, o formă, primului, însă este limitat (ca orice trup) la această lume și pentru perioada acestei vieți. *Programul Dezvoltării Individuale* însă, *transcende limitele spațio-temporale ale rolului jucat la un moment dat pe Scena Lumii, însoțind și asigurând devenirea Ființei Umane în*

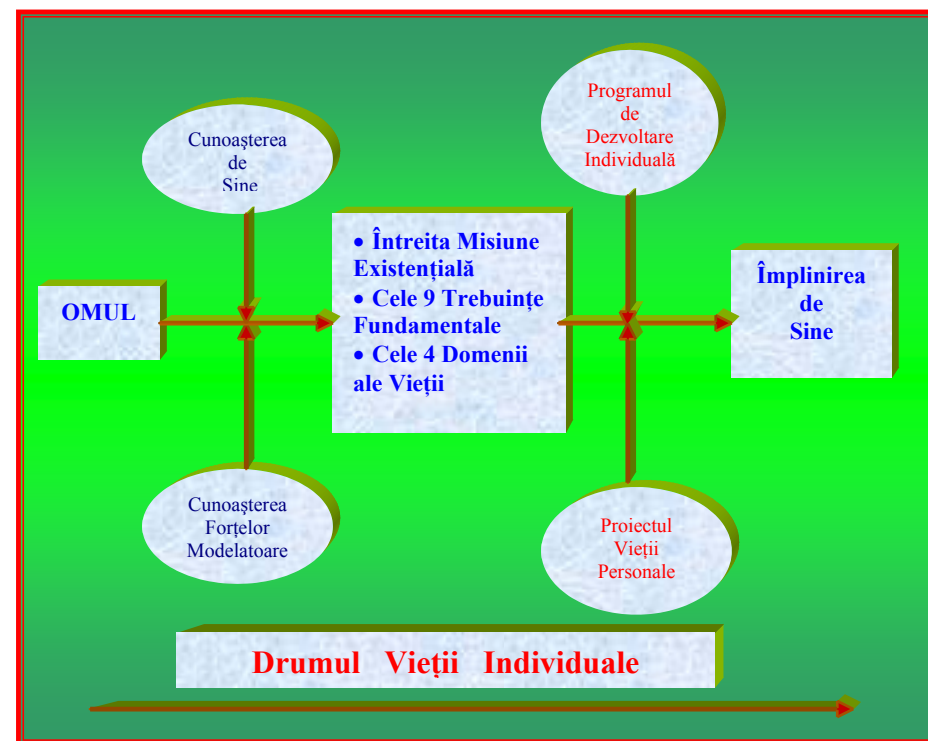
întreaga sa existență, în diversele planuri de manifestare ale Universului, pe toate planetele, sistemele sau nivelele de exprimare.

*

Astăzi, Ființele Umane de pe Terra – omul social contemporan – sunt în măsură să perceapă (chiar dacă, deocamdată confuz) necesitatea și continuitatea acestui Program, deopotrivă cu valorile superioare (rosturile, sensurile, legile și ordinea sistemică a vieții la nivelul Cosmosului și a părților subsistemelor sale: Societate și Lumea Naturii) pe care le înțelege, le împărtășește și realizează în același timp necesitatea adaptării conduitei individuale, punerea ei în armonie cu aceste rosturi și ordini ale Lumii, Vieții și Cosmosului.

Întreg ansamblul operațiunilor prezentate enumerativ până aici este cuprins sub titulatura „Managementul Calității Vieții și Condiției Umane” și despre acesta va da socoteală în continuare volumul de față, iar procesul de management al vieții și condiției specifice și unice, a fiecărei ființe umane în parte, se prezintă – la gradul cel mai general de schematizare – conform algoritmului și diagramei de mai jos:

- **Cauza:** Pierderea Sensului Vieții și Pierderea de Sine
- **Obiectivul:** Realizarea Împlinirii de Sine
- **Procedul:** (Întreita Misiune Existențială) + (Armonizarea Nivelelor Piramidei Trebuițelor) + (Armonizarea celor 4 Domenii ale Vieții în această Lume)
- **Calea:** (Cunoașterea de Sine) + (Cunoașterea Forțelor Modelatoare ale Mediului: Societate, Natură, Cosmos)
- **Modalitatea:** Programul Dezvoltării individuale
- **Procesul:** Proiectul Vieții Personale.



Este momentul să facem unele observații prealabile, necesare și valabile pentru întreg volumul de față:

! Obs 1: “Personal” și “Individual” sunt termeni echivalenți și se referă la întreg complexul determinat de o anumită Ființă Umană prin luarea în calcul deopotrivă a Ființei-în-Sine cât și a Ființei-în-Manifestare, într-un ansamblu unitar și în continuă [auto-] transformare, în continuă devenire, exprimat mult mai plenar de sintagma “Fenomenul Uman” (Theillard de Chardin).

! Obs 2: Din punctul de vedere al terminologiei utilizate în volumul de față, noțiunile de “consultanță” și “consiliere” sunt identice ca și conținut conceptual, referindu-se, în fapt la aceeași realitate.

! Obs 3: Având în vedere că, în momentul actual omenirea are un bagaj extrem de valoros în materie de cunoaștere și înțelepciune – din păcate insuficient cunoscut și tocmai de aceea prea puțin aplicat – volumul de față se constituie totodată și într-un îndrumar, deschizător de viziune spre înțelegerea la un nivel superior a necesității utilizării acestui bagaj, prin revenirea la textele fundamentale ale umanității din ultimele 4-5 mii de ani, prin transpunerea acelor cunoștințe în forme noi, adoptate și proprii satisfacerii necesităților de progres ale *omului contemporan* și lumii prezente.

Considerând inutil a discuta aici progresul istoric al conceptelor prezentate, cât și fundamentarea lor în realitatea practică, facem trimitere la acei autori și acele cărți care, la diverse momente în devenirea lumii au realizat aceste lucruri. Titlurile respectivelor opere sunt cuprinse în Anexa IV și ele reprezintă baza, dar și conținutul pentru aprofundarea structurii cadru constituite de prezentul volum.

În același timp am lăsat posibilitatea cititorului de a avea acces direct la informațiile cuprinse în respectivele volume, precum și libertatea (și totodată datoria!) de a le trece prin filtrul propriei personalități, de a recepta în spiritul propriei sale ființe ceea ce îi este necesar și folositor aici și acum, dar mai ales de a putea, potrivit capacității de înțelegere și pătrundere personală, să integreze aceste aspecte în sistemul propriu de orientare în viață și în lume.

Căci fiecare lucru ce ne întâmpină pe drumul Vieții are menirea de a preda o lecție, de a transmite un mesaj Călătorului. Și, deși, mesajul

este același (ținând de condiția existențială și unică a respectivului lucru) el se exprimă prin mii de voci în mii de feluri, câte unul pentru specificul, înțelesul, necesitatea și unicitatea fiecărui Călător în parte.

„E rău – zicea Platon – să nu cunoști nimic. Dar cu mult mai rău este să știi multe lucruri, însă prost înțelese și greșit învățate.” Căci ele devin cele mai ademenitoare capcane și căi sigure spre rătăcirea drumului [propriu și] drept, ducând în final la pierderea sensului vieții și a rostului propriu.

De aceea rugăm cititorul să nu privească în grabă informațiile și toate lucrurile ce-i ies în Cale, ci aplecându-se profund asupra lor să le supună unei analize atente, reflexive și introspective; să mediteze asupra sensurilor mesajelor, asupra locului pe care ar putea să-l ocupe în sistemul propriu de valori, asupra rostului și utilității pe care o au în viața personală. *Pentru că nimic nu este întâmplător și tot ceea ce ni se dă este cel mai necesar lucru pentru progresul la momentul respectiv.*

Să nu ne irosim timpul dedicat minunatei experiențe a Faptului de a Fi, căutând adevăruri absolute ori legi imuabile. Totul este în continuă transformare la nivelul cosmic. Astfel încât adevărul, legile, valorile, principiile, obiectivele, noi înșine, nu suntem decât perspective ce se schimbă cu fiecare pas realizat mai departe pe drumul progresului nostru individual. Ele se înfățișează fiecăruia într-un chip anume și secret; numai ființa lui cea mai profundă îl poate cunoaște – și nimeni altcineva. Dar acest chip în fiecare zi, cu fiecare pas, se schimbă, se transfigurează. Trebuie deci, ca înainte de orice altceva ***să învățăm – nu atât a cunoaște – cât a re-cunoaște, mereu, clipă de clipă, chipurile adevărilor absolut individuale, care ne luminează cale personală***

aducându-ne spre noi orizonturi, pe noi trepte de emancipare și progres.

De aceea înainte de a căuta valori adevărate în sine, să descoperim și urmăm valori **utile** și **necesare** dezvoltării ființei noastre: acum și mereu, la fiecare pas, pretutindeni pe unde trece Drumul Vieții Personale.

La fel cu privire la cărțile indicate – indiferent prin vocea cărui actor social au fost ele rostite – , la fel cu volumul de față.

CAPITOLUL II

CONDIȚIA GENERALĂ A CONSILIERULUI

*Pentru a te putea controla pe tine folosește-ți mintea.
Pentru a-i putea controla pe alții folosește-ți inima.*
John Salmela

I. Generalități

*Nu te descuraja în viață; fiecare dintre cei care au ajuns acolo
unde sunt acum, au trebuit să înceapă de acolo de unde erau.*
Richard Evans

“Fiecare poartă în sine o opinie despre sine și despre îndatoririle vieții – arăta Alfred Adler. O linie de viață și o lege de mișcare care îl domină fără ca el să le înțeleagă, fără ca el să își dea seama de ele”.

“Omul, ca produs al acestei planete, în raporturile sale cosmice, a putut exista și s-a putut dezvolta numai în cadrul societății, pe care a sprijinit-o material și spiritual, prin diviziunea muncii și hărnicie și prin suficienta reproducere a speciei. În evoluția sa el a fost înzestrat somatic și psihic prin strădania de a-și ameliora aptitudinile fizice și printr-o mai bună dezvoltare spirituală. Toate experiențele acumulate, toate tradițiile, imperativele morale și legile nu au fost decât tentative, bune sau rele, durabile sau fragile, în strădania omenirii către superioritate și către biruirea dificultăților vieții. În torentul evoluției nu există repaus. Țelul perfecțiunii ne mână spre înălțimi.

Problema sensului vieții are valoare și semnificație numai dacă o privim în cadrul sistemului Om – Cosmos. Este în acest caz de văzut că, în această relație, Cosmosul posedă o putere modelatoare. Cosmosul este, ca să spunem așa, tatăl tuturor viețuitoarelor. Iar întreaga viață este de conceput ca o sarcină perpetuă de satisfacere a cerințelor

Cosmosului. Nu ca și cum ar exista o impulsie care mai târziu în viață ar fi în stare să ducă totul la final și care nu trebuie decât să se desfășoare, ci ceva înăscut ce aparține vieții, o năzuință, un imbold, o dezvoltare de la sine, un Ceva fără de care viața nu poate fi nicidecum reprezentată. Viața înseamnă a se dezvolta de la sine. Spiritul uman este din cale afară de obișnuit să închidă într-o formă toate cele ce curg, să ia în considerație nu mișcarea, ci mișcarea încremenită, mișcarea care a devenit formă. Noi, protagoniștii Psihologiei Individuale, (Psihologia care stă la baza Psihologiei Ființei, așa cum s-a mai arătat – a se vedea volumul nostru intitulat “Psihologia Ființei”) suntem dintotdeauna preocupați de a dizolva în mișcare ceea ce sesizăm ca formă.

Faptul universal al evoluției creatoare a tuturor viețuitoarelor ne poate lămuri că direcția dezvoltării la fiecare specie are un țel, țelul perfecțiunii, al adaptării active la cerințele cosmice.

Este vorba mai degrabă de o adaptare *sub specie aeternitatis*, deoarece este „justă” numai acea dezvoltare corporală și psihică care poate să treacă drept „justă” pentru viitorul cel mai îndepărtat. În afară de aceasta, noțiunea de adaptare activă înseamnă că atât corpul cât și spiritul, precum și întregul domeniu organizat al vieții trebuie să tindă la această ultimă adaptare, care este stăpânirea tuturor prin avantajele și dezavantajele instituite de Cosmos. Aparentele compromisuri care persistă, poate, pentru o vreme, sucombă în cele din urmă, strivite de adevăr.

Ne găsim în mijlocul torentului evoluției – continuă autorul – dar îl observăm tot atât de puțin ca și rotația pământului. În această conexiune cosmică, unde viața individului este parte, tendința de asimilare victorioasă la lumea exterioară este o condiție. Chiar dacă cineva ar vrea

să pună la îndoială faptul că încă de la începutul vieții a existat aspirația către perfecțiune, parcursul miliardelor de ani ne arată clar că azi aspirația către perfecțiune este o realitate ereditară, care există în orice om”.

*

“În peisajul practicii psihoterapeutice, poziția consilierii rămâne încă de definit – afirma Constantin Oancea. Ca statut, ea oscilează între a fi o profesiune distinctă, a reprezenta o competență profesională sau o abilitate profesională, atât în România, cât și în general, în lume. În schimb, una din tendințele cele mai pregnante ale societății moderne o reprezintă includerea principiilor comunicării de sprijin în programele de formare profesională, recunoașterea nevoilor de sfătuire, consiliere, consulting, de suport în cele mai variate medii, pornind de la slăbiciunea funciară a individului în fața presiunilor venite din toate direcțiile”.

Așa cum s-a arătat (a se vedea Iordache Bota) “de cele mai multe ori tot ce are nevoie un om este o mână de ținut și-o inimă de înțeles”.

În societatea modernă, fiecare om trebuie să fie pregătit să înfrunte și să depășească momentele de cumpănă fără pierderi prea mari. Originară într-o activitate de lux, și anume, psihoterapia destinată “bolnavului psihic”, activitatea de consiliere capătă astăzi o dimensiune nebănuită, prin tendințe de punere a ei la îndemâna tuturor (a se vedea și volumul amintit “Fundamentele consilierii...”)

Ca **profesiune** distinctă, activitatea de consiliere a apărut în Anglia, ca formă principală de activitate pentru cei care practică sfătuirea/consilierea conjugală, de orientare profesională și de alte tipuri.

Precum în orice domeniu și cu privire la aproape oricare dintre instituțiile importante și în cazul consilierii opiniile sunt variabile și variate, definiția dată acestuia depinzând mai ales de optica împărtășită

la un moment dat de un curent sau altul din psihologie, teologie, economie, medicină etc., întrebându-se concepte mai mult sau mai puțin sinonime de “sfătuire”, “counselling”, “psihoterapie”, “orientare”, “îndrumare”, “călăuzire” etc.

În ceea ce ne privește, trebuie să observăm un aspect deloc neglijabil: dincolo de această varietate a domeniilor și opticilor, ***axul central al conceptului consilierii păstrează ideea de practică a sfătuirii, proces prin care o persoană este îndrumată, orientată, informată cu privire la anumite aspecte necesare unei anumite întreprinderi umane.*** Prin excelență deci, *consilierea are un caracter absolut utilitar, practic și vine în întâmpinarea unei necesități existente dar nesatisfăcute. Ea reprezintă partea conceptuală (sau un fragment) a unui plan concret de acțiune ce urmează a fi lansat în desfășurare și care vizează obținerea anumitor finalități reale, atingerea unor obiective bine definite; vizează, altfel spus un produs finit, necesar, dorit, planificat și în cele din urmă obținut datorită (și) procesului de consiliere.*

Prin aceasta, din start, vom putea distinge consilierea de simplele sfaturi amicale, familiale etc. (interumane) precum și de orice alte transferuri de informații sau utilități, de la o persoană la alta, chiar și atunci când acestea nu sunt ocazionale, ci au la bază o programare. De exemplu serviciile oferite de agenții/agențiile de informare (sub orice formă ar fi acestea organizate) nu reprezintă consiliere. Precum nu întrunește acest statut nici sfătuirea părintească, ori cea bisericească oferită pentru redresarea sufletească, pentru orientarea în viață, ori spre buna dezvoltare morală a unei persoane. Acestea sunt și rămân sfaturi, sugestii, informații, opinii, păreri mai mult sau mai puțin personale sau aparținătoare unei instituții reprezentate de sfătuitor la un moment dat

(mai ales în cazul preoților ori călugărilor sau chiar al prietenilor, părinților etc.). Dincolo de buna intenție a tuturor acestor persoane (fapt absolut incontestabil), activitatea desfășurată sub astfel de forme este mult prea generală, prea abstractă, parțială și teoretică. Nu conturează un plan concret de acțiune și nici nu vizează obținerea unui rezultat final „palpabil” prin metode concrete și după anumite proceduri bine stabilite. Reprezintă în principal mijloace de suport și sporire a performanțelor individuale la modul general, chiar dacă într-un domeniu specific (ex: raporturile spirituale, moralitatea, conduita și comportamentul social etc.), producând mai mult o „alinare a sufletului” (dacă nu chiar un eșec și o distanțare interpersonală – cum e cazul „sfaturilor părintești”), decât un efect practic, imediat și concret.

Un alt aspect important de evidențiat în procesul consilierii autentice este acela că nu se pun în discuție opinii personale. Consilierul este un specialist care oferă metode, tehnici, instrumente necesare și utile satisfacerii problemei clientului. El oferă soluții practice și viabile, de aceea orice amestec al părerilor sale subiective riscă să transforme consilierea într-o simplă discuție filozofică pe o temă dată. Or, ***adevărata consiliere este inginerie și nu filozofie. Ea reprezintă un proces obiectiv de identificare a soluțiilor, a răspunsurilor la problemele clientului și nu acela de a da naștere la noi întrebări și dileme.*** Atunci când ni se strică mașina o ducem la atelier să i se rezolve problema de către un mecanic, nu mergem la universitate să audiem cursuri despre rulmenți, ori legile transformărilor termice.

Oricât de mult ar ține omul contemporan la unicitatea sa individuală, să nu uităm că „omul este numai jumătate el însuși, cealaltă jumătate fiind manifestarea lui” (Emerson). Însă manifestarea ființei umane, la fel ca

manifestarea tuturor lucrurilor din univers, se desfășoară după legile organizării sistemice și holografice a proceselor vieții. Chiar și structurile noastre intime (așa cum am văzut în volumul „Psihologia Ființei”) sunt create tot de către Forțele naturii, după anumite standarde și conform unor tipare.

Ca să înțelegem mai bine acest aspect, apelăm din nou la exemplul anterior: fiecare mașină ieșită pe poarta uzinei este unică în felul ei – e adevărat – iar această unicitate se evidențiază și mai mult pe parcursul existenței și folosinței acesteia, diferențiind-o mai accentuat de altele din aceeași serie prin acțiunea factorilor de mediu (modalitatea de întreținere, pilotul și modul de pilotare, utilizarea, drumurile, numărul de kilometri parcurși etc.). Însă toate mașinile au aceleași componente! Chiar dacă există un număr infinit de probleme ce pot apărea în structura și funcționarea lor, pentru acestea, în schimb, numărul soluțiilor practice este absolut determinat, finit, regăsit în manualele și studiat/învățat de către profesioniști pregătiți pentru a le implementa: inginerii, mecanicii.

Întocmai și în cazul ființei umane, varietatea nelimitată (și doar aparent nelimitată) a problemelor ce pot să apară în cursul existenței, are totuși o gamă finită de soluții aplicabile. Chiar dacă ele pot combina în fel și chip, cauzele determinante (și care, în cazul omului țin totdeauna de interior – aspectul esențial) sunt limitate, avându-și originea în structura și funcționalitatea mecanismelor și proceselor interne, la diverse nivele (fiziologic, afectiv, mental).

Cele afirmate până aici nu reprezintă deloc o noutate. Aceste principii stau la baza tuturor tehnicilor terapeutice puse la punct de către fiecare curent major în psihologie. Pentru că, să ne amintim, **psihologia**

este prin excelență o știință practică, ce urmărește obținerea unor rezultate concrete, transformatoare ale ființei umane. Ea nu se ocupă de filozofia, ori concepțiile teologice despre om și omenire și nici nu o interesează neapărat, ori primordial să știe a defini cu exactitate structurile interne ale psihicului uman. De fapt aici au păcăuit toate curentele psihologice tinere de până acum alunecând pe panta doctrinelor filozofice, ieșind în piața cetății și întrecându-se în polemici academice în loc să-și vadă de treabă în atelierele lor. Astăzi însă, Psihologia este matură și înțeleaptă. Ea știe să beneficieze de aportul în cunoașterea Ființei Umane promovat de Știința Universală (acea știință plasată dincolo de orice dualitate conceptuală, dincolo de subiectivitatea percepției umane, în sfera unde nu există întrebări, ci doar răspunsuri, prezente sub forma Legilor și Simbolurilor, pretutindeni în Lumea Naturii). Astăzi Psihologia participă la Cursurile Vieții, învață Manualele trebuitoare, după care merge în producție. Gata cu teoriile. Ea este Știința Sufletului, aceea care îl trage la rampă și îi repară stricăciunile produse prin existența sa în viață și în lume; nu-și pierde vremea cu discursuri academice și întrebări retorice, așteptând să moară pacientul pe masa de operație. Acum este momentul aplicării în practică a soluțiilor.

Iată de ce Psihologia este în primul rând inginerie a dezvoltării umane. Știința aplicativă prin excelență ce are ca misiune în fața vieții grija pentru starea de bine a Ființei Umane și pentru asigurarea împlinirii sale în această lume.

Toate celelalte științe au ca obiectiv fie cunoașterea și amenajarea lumii exterioare pentru om, fie „dresarea”/adaptarea omului pentru a trăi alături de ceilalți, ori încercarea de a-l ademeni pe cărarea vreunui zeu mai mult sau mai puțin strălucitor, amenințator sau promițător.

Singură Psihologia, în esența ei autentică, ajunsă astăzi (așa cum am văzut în volumul amintit) la stadiul de maturitate numit Psihologia Ființei, se dorește – și dovedește – în modestia specifică oricărei inginerii, a fi cu ochii la cer, dar cu picioarele pe pământ, înțelegând că rostul nostru, al ființelor umane este, așa cum se exprima Nikolos Kazantzakis să ne ajute *“să fim uniți, să ne prindem strâns unii de alții, să ne punem inimile în armonie și – atât cât ne mai rabdă căldura Pământului, atât cât nici cutremur, nici ghețari, nici comete nu se abat asupra noastră – să zămislim o minte și o inimă pământului, să dăm un înțeles omenesc luptei supraomenești. Să scapăm de trufia deșartă a minții care are de gând să impună mereu ordinea, în speranța că va supune fenomenele. Să scapăm de teroarea inimii, aflată în eternă căutare, mereu cu speranța că va descoperi esența lucrurilor. Să cucerim cea de pe urmă și cea mai grozavă ispită: Speranța”*.

De aceea, înainte de a vorbi în numele omului sau în numele lui Dumnezeu, Psihologia Ființei, urmând îndemnul de acum trei decenii lansat de Erich Fromm, se străduiește a realiza/înfăptui în numele Vieții și-al Ființei. A face astfel încât Ființa Umană, regăsindu-și locul și rostul în ansamblul universal al Devenirii vieții să-și poată cunoaște, asuma și îndeplini condiția existențială, să poată adopta și păstra/menține un comportament și o atitudine de completă armonizare cu sine, cu lumea, cu Legile Naturii.

Pentru că un principiu de bază al Psihologiei Ființei este și acesta: „fapte nu vorbe”, adică **să redăm omului, Omul!**

II. Definiția consilierii și consilierului

*Semeni un gând, culegi o faptă. Semenii o faptă, culegi un obicei.
Semenii un obicei, culegi un caracter. Semenii un caracter, culegi un destin.*
Proverb chinezesc

Din cele de mai sus rezultă așadar definiția cadru a Consilierii. Spunem astfel, întrucât ea reprezintă o structură orientativă, nefiind nici completă, nici infailibilă. Și nici nu ar avea cum să fie altfel, tocmai întrucât în ziua de astăzi asistăm la cel mai spectaculos moment în dezvoltarea științelor aplicative cu impact direct asupra ființei umane: și anume diversitatea extremă a fiecărei personalități umane devenite unice (pe de o parte) și de aici, corelativ, necesitatea ca fiecare consilier, practician, să adopte o gamă cât mai variată de tehnici și metode, să aibă deci un spectru larg de manifestare aplicativă și în mod absolut normal, să fie el însuși creativ și modelator de noi metode. *Astăzi, consilierea, mai presus de oricare alt serviciu comunitar (poate doar creația vestimentară să o depășească) reprezintă un proces în continuă transformare de sine, o practică ce se adaptează din mers la nevoile mereu variate și variabile ale omului pentru a ține pasul cu progresul condiției și devenirii ființei umane.*

Astfel încât, indiferent sub ce denumire ar fi întâlnită – sfătuire, psihoterapie, îndrumare/orientare/călăuzire etc – vom recunoaște **Consilierea** ca fiind **procesul prin care o persoană, numită consilier, parcurgând procedura de investigare, conceptualizare, soluționare și implementare, oferă uneia sau mai multor persoane – numite clienți – pachete de soluții pentru problemele specifice (sub formă de proiecte, programe ori componente/structuri de programe) împreună cu asistența tehnică necesară implementării acestora și trainingul de specialitate**

pentru asigurarea viabilității, perenității și derulării în continuare a programului/proiectului de către clienți prin forțe proprii.

Pentru că, în fapt, *Consilierea reprezintă procedura de punere în practică a Psihologiei, fiind, de aceea, în calitatea sa de principal instrument de implementare, deopotrivă un factor de intervenție și terapie, pe de o parte, cât și, pe de altă parte, de formare, training și educație paideică (continuă și transformatoare) a ființei umane*, așa cum am arătat până aici.

În lumea Ontologiei de bază de la care pornește Psihologia Ființei, toate situațiile (neplăcute) pe care le întâmpină omul pe parcursul vieții sale, derivă din neîmplinirea Îndatoririlor Existențiale, sau din restanțele anumitor teme, necesare progresului individual și universal. De aceea, mai întâi de toate orice consilierea este un proces de atenționare, de trezire și de conștientizare de către Client a necesităților și a cerințelor pe care Viața și Devenirea i le scot în cale. În al doilea rând, Consilierea are funcție didactică, întrucât ea își atinge obiectivul doar atunci când Clientul învață deopotrivă două lucruri: cum să scape dintr-o astfel de situație (adică să-și privească suferința ca pe un canon și apoi să fie în măsură a rezolva temele restante), iar în al doilea rând cum să evite pe viitor de a intra într-o asemenea situație, sau în orice fel de conjunctură cauzatoare de neîndeplinire. Pentru că adevărata și singura mare suferință provine din Neîndeplinirea de Sine și ea dă naștere apoi tuturor blocajelor, situațiilor și conjuncturilor de disconfort (a se vedea pentru detalii volumele noastre: “Psihologia Ființei” și respectiv “Fundamentele consilierii în Managementul calității Vieții și Condiției Umane”).

Consilierul este, tocmai de aceea, *agentul specialist care provoacă, determină, organizează și supraveghează procesul schimbării în Ființa Clientului și în manifestarea sa exterioară (ordonarea vieții, raporturile cu semenii, raporturile cu sine însuși, cu Mediul și Cosmosul)*. Desigur efortul, străduința, suferința procesului de transformare etc., vor fi numai și numai ale Clientului. Pentru că, să ne amintim unul din principiile Vieții: răspunderea este individuală; nimeni nu poate învăța în locul altuia și nici să dea examene în contul acestuia. Tocmai întrucât Universul a dat fiecărei Ființe (umane în cazul nostru), un rost și un rol în Economia Cosmice ce nu pot fi îndeplinite de altcineva. Iar în plus, fiecare Elev de la aceasta mare Școală a Devenirii trebuie să își urmeze propria sa dezvoltare.

III. Idei greșite despre consilier

Firea omului produce fie plante bune, fie buruieni; de aceea trebuie ca, la timpul potrivit, pe unele să le cultivăm, iar pe celelalte să le stărpim
Francis Bacon

“Există – arăta Iolanda Mitrofan – la nivelul mentalului colectiv câteva supoziții stabile în privind condiția psihologică a terapeutului și atitudinea acestuia față de clienții săi. (Noțiunea de “psihoterapeut”, întrebuițată de autoare, este inclusă în conceptul nostru de “Consilier în Managementul calității Vieții și Condiției Umane”, așa cum se va demonstra pe parcursul volumului de față și cum s-a arătat de asemenea în “Fundamentele consilierii...”, respectiv în “Centrul de consultanță...”)

“Se crede, bunăoară – continuă Iolanda Mitrofan – că terapeutul deține secretele artei de a trăi, se simte bine tot timpul și este dispus, pentru bani grei, să-și împărtășească uluitoarea sa cunoaștere a sufletului uman. Nici nu ne putem aștepta pentru o persoană în nevoie să creadă altceva, pentru că ce rost ar mai avea să se prezinte la cineva care se simte la fel de mizerabil ca ea? De asemenea, în ipoteza că terapeutului i-ar fi cât de cât mai bine, de ce ar mai fi el căutat dacă nu ar ști să comunice cum face și ce face pentru a nu se simți, totuși, la fel de înfiorător ca pacienții săi?

În realitate, terapeutul nu se simte minunat întotdeauna. Ba uneori se simte cu adevărat oribil. Aceasta arată că terapeutul este o ființă normală. ***Singura diferență între el și pacienții săi rezidă în faptul că el este mai apt în a-și înțelege propria suferință și că posedă o serie de strategii de a-i face față.*** Dacă nu reușește, merge el însuși la un terapeut, sau, după caz, se dedică unor meserii la fel de nobile, precum grădinaritul, tâmplăria sau creșterea animalelor. În ce privește secretele artei de a fi fericit, terapeutul este departe de a fi auzit vreodată de ele. Mai mult decât atât, nici nu crede că așa ceva ar exista, pur și simplu pentru că *viața este atât de schimbătoare și imprevizibilă încât e imposibil să fie prinsă în reguli, forme fixe sau norme de comportament.* El constată cu o uimire mereu reînnoită aderența clienților săi la o varietate de credințe, idei, proceduri și strategii prin care reușesc, într-o manieră inegalabilă, să-și transforme propriile vieți într-un infern.

Se crede, de asemenea, că terapeutul și-a rezolvat propriile conflicte interioare și doar într-o nesfârșită bunătate acceptă să mai rămână în mijlocul unor oameni sfâșiați de tensiuni și conflicte interne. În realitate, terapeutul are propriile lui conflicte, de care însă e conștient și pe care

caută să le rezolve cu răbdare și luciditate. Conflictele și contradicțiile sunt motoare ale dezvoltării personale dacă sunt menținute în câmpul conștiinței, ele devenind distructive numai atunci când sunt prezente în straturile obscure și necunoscute ale inconștientului. *Terapeuții ce dispun de o minte fină și de o mare putere de analiză își descoperă uneori tensiuni atât de subtile și de numeroase, încât, auzindu-le, clienții lor s-ar putea considera ei înșiși întrupări excepționale ale sănătății mintale.*

O altă credință larg răspândită este că terapeutul ar fi un izvor de înțelegere, afecțiune și considerație pentru clienții săi, acceptându-le, cu o seninătate angelică și la nesfârșit, ideile și comportamentele iraționale. Deși unii terapeuți manifestă fără efort asemenea atitudine, în virtutea faptului că sunt oameni și nu ființe celeste, există momente când își exprimă neîncrederea, iritarea sau admirația cvasi-religioasă pentru consecvența și rigoarea cu care unii clienți se dovedesc a fi clasici în viață ai inadecvării și prostiei.

Frecventă este și credința că terapeutul ar asculta, cu un interes fără margini și într-o stare de concentrație mistică, relatările și poveștile clienților săi. Terapeutul ar avea și o satisfacție ușor perversă de a cunoaște, în cele mai mici amănunte, secretele vieților semenilor săi. În realitate, ascultând cu atenție și oferind permanent semnale ale înțelegerii lor, terapeuții sunt departe de a fi pătrunși sau extaziați de neînchipuitele și complicatele evenimente, acțiuni sau trăiri ale clienților și foarte probabil le-ar fi veșnic recunoscători dacă ar reuși să se concentreze pe aspectele esențiale ale problemei lor.

Această credință în interesul suprauman al terapeutului pentru clientul său este adesea asociată cu o alta, anume că în afara practicii

sale, în viața de zi cu zi, terapeutul își continuă activitatea sa fatal-investigativă, cercetând cu un ochi de vultur comportamentele oamenilor pe care îi întâlnește și punând diagnostice cu aceeași viteză și precizie cu care un agent de circulație experimentat depistează șoferii începători. Întrebările pe care terapeutul le pune în conversațiile obișnuite sunt adevărate capcane în care oamenii nevinovați cad și nu este niciodată întâmplător dacă el întreabă de unde ai cumpărat bananele sau dacă ai un bilet în plus. De fapt, cu excepția cazurilor didactice, terapeuții sunt foarte fericiți în a uita de analize și profile psihologice. În plus, uneori oamenii sunt atât de asemănători între ei încât nu are nici un sens să cauți pe stradă sau acasă la cineva ceea ce oricum găsești în cabinetul de psihoterapie.

În sfârșit, de o bună audiență se bucură și ideea conform căreia terapeutul nu va mai avea liniște și nici somn până când nu va înțelege, identifica și rezolva problema clientului său, singura responsabilitate a acestuia din urmă fiind de a se prezenta cu regularitate la cabinet, unde cu ajutorul cuvintelor magice rostite de terapeut suferința psihologică va dispărea precum țigările de contrabandă pe generoasa piață românească. În realitate, tot ce face un terapeut este să mobilizeze resursele clientului său și să-l asiste în efortul de a se autoaccepta și autoînțelege. El va aprecia, cu siguranță, manevrele adesea extrem de sofisticate și inteligente prin care clientul caută să obțină suportul mediului, eventual îi va comunica venerația pentru înaltul nivel al strategiilor manipulative, dar va continua să-l frustreze în cererile și atașamentele sale infantile”.

CAPITOLUL III

FUNCȚIILE CONSILIERULUI

*Nu uita că Dumnezeu te-a trimis pe lume să-l înlocuiești, să dai sensuri ,
să creezi, să duci începutul său înainte.*
Constantin Noica

I. Introducere

*Să ai curajul de a schimba lucrurile care trebuie schimbate, puterea de a accepta
lucrurile care nu pot fi schimbate și înțelepciunea de a face distincție între cele două*
Adagiu oriental

“La venirea noastră pe lume – arăta Alfred Adler – găsim doar ceea ce străbunii noștri ne-au lăsat drept contribuție la evoluție, la dezvoltarea superioară a umanității. Chiar și acest fapt ar putea să ne explice cum viața se rostogolește mai departe, cum ne apropiem de o stare care să facă posibilă o mai mare contribuție din parte-ne, o mai mare capacitate de cooperare, unde fiecare individ să se reprezinte pe sine, mai mult decât până azi, ca parte a întregului, o stare pentru care, firește, toate formele activității noastre sociale sunt încercări și exersări pregătitoare, în direcția instituirii acelei colectivități ideale. Că această operă, adesea mărturie a extraordinarei puteri omenești, se dovedește în multe privințe nedesăvârșită, ba chiar și eronată uneori, este un fapt care arată că „adevărul absolut” este inaccesibil omului pe drumul său evolutiv, cu toate că suntem în stare să ni-l apropiem. Un mare număr de realizări sociale, pe de altă parte, nu sunt date decât pentru un anumit timp și pentru o anumită situație, dovedindu-se chiar dăunătoare după o vreme. Ceea ce ne poate feri să ne închinăm la o ficțiune dăunătoare, să ne comparăm de schema unei atari ficțiuni, este Steaua Polară a binelui obștei, sub a cărei călăuzire devenim mai capabili de a găsi drumul cel drept”.

Pentru că așa cum se exprima Erich Fromm “solidaritatea oamenilor și fidelitatea lor față de viață și de umanitate este un alt principiu comun care trebuie să prevaleze întotdeauna asupra particularismelor. Orice dragoste adevărată pentru o altă persoană are o calitate intrinsecă: fiindcă eu iubesc în altul nu numai individul, ci umanitatea însăși, sau pe Dumnezeu însuși, cum ar spune-o un creștin sau un evreu”.

Astfel încât, pentru consilier, cuvintele lui George Bernard Shaw exprimă, poate cel mai bine ținuta sa interioară și atitudinea în fața lumii, a vieții, a propriei conștiințe. El afirma: “aceasta-i adevărata bucurie a vieții: a fi folosit într-un scop a cărui măreție o și recunoști. A fi o forță a naturii, și nu o mână de pământ frământată de necazuri și de revendicări, plângându-se că lumea nu se dedică fericirii ei. Sunt de părere că viața mea aparține întregii comunități umane; consider că e un privilegiu să fac pentru ea tot ce-mi stă în putere, atât cât voi trăi.

Vreau să fiu de folos până în ceasul morții. Cu cât mă străduiesc mai mult, cu atât trăiesc mai intens. Mă bucur de viață de dragul ei. Pentru mine nu e o lumânare, ci o splendidă torță care mi-a fost încredințată pentru o vreme și pe care vreau să o fac să strălucească atât cât pot mai mult, înainte de a o înmâna generațiilor viitoare”.

II. Funcțiile de bază ale consilierului

*Omul este o existență care își poartă frumusețile cu luptă.
De aceea viața sa e atât de dramatică, dar și de frumoasă.*
Ernest Bernea

1. Funcția de agent al Transformării

Consilierul în calitate de Ființă se află mai întâi în slujba Devenirii Universale, a Evoluției, a Ordinii și a Armoniei Cosmice. În al

doilea rând, el stă la dispoziția Clientului care întâmpină o situație provocatoare de suferință și disconfort. Dar acestea două sunt absolut interdependente, întrucât suferința provine din nefacerea temelor (neînvățarea lecțiilor Vieții) și neîndeplinirea Îndatoririlor Existențiale, acestea fiind astfel lăsate încât să ajute fiecare Ființă în dezvoltarea sa și în armonizarea cu marea Ordine Cosmică. (a se vedea “Psihologia Ființei” și “Fundamentele Consilierii...”) De aceea Consilierul este dator să supravegheze și să observe tendințele sau procesele de abatere de la aceste deziderate, atenționând Ființa umană în cauză asupra devierilor de la Drumul propriu și a consecințelor posibile. Dacă persoana în cauză refuză să înțeleagă necesitatea schimbării, trebuie lăsată să continue. (Consilierul nu are dreptul să insiste). Viața este cel mai bun argumentator și agent de motivare. Pentru că așa cum arăta Marilene Ferguson “*nimeni nu-l poate convinge pe altul să se schimbe. Fiecare dintre noi stă de pază la o ușă a transfigurării care nu poate fi deschisă decât pe dinăuntru*”.

2. Funcția de Prevenție

Presupune intervenția consilierului și demersurile sale în situația în care clientul acceptă și înțelege necesitatea unei anumite transformări (în propria ființă, sau în organizarea vieții) mai înainte de a fi prea târziu (adică înainte să apară suferința). Consilierul manifestă în acest caz un rol preventiv, de anticipare și împiedicare a apariției situațiilor nedorite.

3. Funcția de Suport

Consilierul nu doar pune la dispoziția Clientului soluțiile si cunoștințele sale, dar trebuie să se constituie într-un real sprijin fizic și

psihic, să comunice și să-l susțină afectiv și motivațional pe acesta de la început și pe toată derularea procesului de consiliere. În acel moment (de cele mai multe ori) Consilierul este pentru Client și frate și soră și mamă și tată și prieteni; și salvarea sa (poate singura și poate ultima)!

Însă Consilierul trebuie să simtă și să se poarte cu dragoste, cu respect, apropiere și dăruire față de absolut toți Clienții, indiferent de gravitatea situației, ori de durata procesului de consiliere.

4. Funcția de Garant

Consilierul în calitate de specialist garantează pentru valabilitatea soluțiilor și metodelor propuse Clientului. El nu garantează însă obținerea rezultatelor decât în condițiile în care Clientul respectă întru totul “instrucțiunile” de folosire a pachetului de servicii, sau urmează întru totul cerințele programului de dezvoltare proprie care i-au fost aduse la cunoștință de Consilier. Situațiile acestea – având în vedere slăbiciunea umană – sunt, credem, suficient de rare pentru a ne autoriza să considerăm că regula o reprezintă răspunderea de mijloace a Consilierului, adică doar garantarea corectitudinii oportunității, funcționalității și a celei mai bune aplicabilități pentru soluțiile oferite. Constituind, cel puțin în prezent, pură utopie să cerem consilierului asumarea unei garanții de rezultat.

5. Funcția de Confident

Consilierul satisface prin aceasta una dintre Necesitățile Fundamentale ale Ființei Umane (și nu numai): aceea de a se confesa, aceea de a se împărtăși pe sine, sieși, fapt pentru care are nevoie de “un suport” extern, reprezentat de Ființa Consilierului. Spre deosebire de

preotul-confident (și aceasta reprezintă o chestiune de maximă importanță) consilierul-confident trebuie să comunice empatic cu clientul, trebuie ca sufletele celor doi să vibreze la unison, pentru că numai și numai atunci ființa Clientului poate cu adevărat să se regasească și să se împărtășească din sine însuși: când se descoperă în sufletul celuilalt (în cazul nostru Consilierul).

Nevoia de confidență reprezintă o Trebuință majoră a Conștiinței de se recunoaște pe sine și de a regla procesele manifestării Ființei (Sinelui), contabilizând rezultatele pozitive și negative (succesele și insuccesele) în raport cu respectarea Legilor Vieții și cu îndeplinirea Temelor Existențiale. Pe parcursul, ori la finalul acestei analize, Ființa Umană (Persoana, pentru situația terestră), s-ar putea să constate un mare deficit, o mare întârziere de la cursurile Vieții, sau mai concret, se va privi pe sine drept un mare “infractor”. Observând câte greșeli a făcut pe centimetrul cub de existență, va conchide că nu e capabilă să respecte nici măcar cerințele elementare ale Legilor, fapt ce poate determina profunde depresii, profunde angoase ori alte situații provocatoare de suferință. Este motivul pentru care noi recomandăm ca funcția de confident să o îndeplinească un consilier, și nu un preot, din două considerente principale:

a)-consilierul are cunoștințele, experiența și capacitatea de a se armoniza empatic cu clientul și apoi de a trata (și rezolva) corespunzător această situație;

b) -majoritatea clienților sunt ființe suficient de avansate ca să fi depășit stadiul clasic (bisericesc) de raportare prin credință la Dumnezeu. Pentru ei Divinitatea trebuie exprimată altfel, de o manieră rațional-intuitivă (și nu afectiv-devoțională), iar credința derivată dintr-o

formă superioară de cunoaștere și trăire (interioară). Ca să nu mai vorbim de faptul ca mulți oameni au reprimat în ei – cu sau fără voia lor – orice formă manifestă de credință, și că în mod normal nu vibrează pe astfel de frecvențe decât în stări absolut critice, când Ființa lor reușește să se debaraseze de toate blocajele și sistemele de valori artificiale asupra cărora se înșelaseră până atunci, urmându-le și acceptându-le.

6. Funcția de Educator

Această funcție derivă din chiar rosturile Existenței, percepute ca o Școală continuă de perfecționare. Aici termenul de Educator nu cunoaște acceptarea clasică a celui care predă un set de cunoștințe și tehnici ci, pentru Psihologia Ființei, fiecare Ființă Umană este la rândul ei, deopotrivă, Învățător și Învățăcel. Consilierul ca Educator reprezintă acel Tovarăș de Drum care a învățat dinainte despre Călătorie și peripețiile ei, iar acum este în măsură să îi călăuzească și pe alții (și pe sine însuși). El este deopotrivă acel Coleg de Clasă, solicitat să ajute la rezolvarea unui exercițiu mai greu, la învățarea unor anumite teme mai complexe, sau pur și simplu cu sfaturi utile pentru treburile mărunte ale unei zile de școală.

Două aspecte însă trebuie să ne reamintim:

a) -pe Drum sau la Școală, în bucurie sau în mare suferință, Clientul și Consilierul sunt întotdeauna cele două părți ale unui Întreg în fața Vieții. De aceea ambii trebuie să descopere în ei înșiși această jumătate și să o ofere fiecare celuilalt. Numai astfel procesul consilierii se poate derula corespunzător cerințelor Existențiale ale Vieții (a se vedea și Funcția 5)

b) -oricât ar fi de apropiați și dăruți unul altuia, Clientul și Consilierul au fiecare Crucea sa de dus, lecțiile sale proprii de învățat și propriile examene de dat. A face temele în locul altuia înseamnă a-i răpi posibilitatea dezvoltării, la fel cum a-i duce crucea înseamnă să-l transformi într-un milog și un sărman handicapat. De aceea Consilierul este “cel-ce-merge-mereu-alături”, care îndrumă, organizează, propune soluții, dă îndemnuri și motivație, un umăr pe care se plânge în oboseală și suferință și o inimă care se bucură de succesul și împlinirea Tovarășului său.

7. Funcția de Creator de Ambient

Psihologia Ființei permite folosirea/ aplicarea unei game extrem de largi de metode și tehnici de lucru, ceea ce lasă consilierului o mare libertate de manevră. Tocmai de aceea, îi revine misiunea de a prospecta și identifica cea mai favorabilă cale de comunicare și mai ales cele mai potrivite mijloace în măsură a satisface obiectivul procesului de consiliere, adaptate la specificul și situațiile fiecărui Client în parte.

Atât consilierul cât și cadrul/ ambientul de lucru este necesar să fie extrem de maleabili, veritabili cameleoni în stare să îmbrace întotdeauna cea mai potrivită formă.

8. Funcția de Cercetător

În baza legii progresului continuu, putem spune că toate lucrurile au un început, dar niciodată un sfârșit, pentru că ele se transformă, se metamorfozează în alte lucruri mai avansate. La fel și în Psihologia Ființei: s-au pus bazele unui început dar revine fiecărui consilier misiunea de a prospecta, a perfecționa și a da în folosință tehnici,

procese, metodologii, principii de cunoaștere, etc., toate în măsură a duce mai departe această Știință pusă în slujba Omului, a Ființei, a Progresului și-a Ordinii superioare la nivel de alt Univers.

9 Funcția de Avocat al Sinelui

Sinele se află de cele mai multe ori prins în cleștele celor doi factori de Evoluție: de o parte imperativele Conștiinței, care îi solicită neîncetat respectarea Legilor și îl mustră pentru fiecare abatere, cât de mică; de cealaltă parte, Personalitatea, care, aruncată în vârtoarea lumii, nu numai că nu respectă aceste imperative, dar chiar în esența ei e născută “infractoare”, “păcătoasă”, pentru că are sevă din seva lumii acesteia (:să ne reamintim că Personalitatea este “haina” pe care Sinele o îmbracă pentru a trăi în Lume și că ea se formează – uneori în cea mai mare parte – din chiar forțele și influențele acestei Lumi; pentru detalii a se vedea Psihologia Ființei).

Aflat în această postură delicată, Sinele se vede nevoit ca foarte adesea, în fața Tribunalului Conștiinței, să ia apărarea Personalității și să încerce a justifica, pretexta, ori a găsi circumstanțe atenuante pentru faptele ireprobabile (pentru “infracțiunile”) acesteia din urmă. Chiar și o amânare a procesului tot ar fi un câștig, fiindcă până la următoarea înfățișare, ar pune-o la punct pe această Personalitate și i-ar schimba comportamentul, învățând-o să se manifeste în mod corespunzător. Poate chiar va reuși să aducă anumite dovezi, exemple de bună purtare ale acesteia, astfel fie scăpând basma-curată, fie luând o pedeapsă mai mică.

Aceste comparații repetate în fața Conștiinței, precum și muștrările (“pedepsele”) aspre ale acesteia, determină ca la un moment dat Sinele să nu mai poată fi stăpân pe propriile-i forțe: își pierde “încrederea în

sine”; nu știe ce să se mai facă și cum să se descurce, dar, mai mult, va începe să creadă că nu mai e bun de nimic și că nu poate sub nici o formă să facă față cerințelor impuse de Existență: adică să împace trăirea în lumea pământului, cu exigențele Cerului. (Reamintim aici: Conștiința și ”Legea morală” nu are nimic de-a face cu fenomenul religiei sau credinței; religia este o formă de manifestare, la un anumit nivel, a Conștiinței, în planul fizic, pe parcursul dezvoltării Ființei. Dar Legile sale sunt transreligioase, depășind atât fenomenul credinței, cât și pe cel al cunoașterii. Ele se exprimă și percep prin organul de simț al Intuiției, care presupune deopotrivă trăirea-cu-toată-ființa și conștientizarea.)

De aceea rolul de Avocat al Sinelui, pe care-l are de jucat Consilierul este extrem de important, mai ales din două perspective:

a) Consilierul îl va asista pe Client de fiecare dată în fața Conștiinței sale, încercând să-l apere, găsind justificări (în fapt pretexte) pentru acțiunile greșite; dar aceasta numai până scapă de cenzura (până iese din sfera de observație a) Conștiinței, astfel încât Clientul să rămână fără “cazier”. Apoi, însă, îi revine Consilierului sarcina Educațională : Sinele a scăpat de pedeapsă, dar e clar că trebuie operată o schimbare și poate chiar (de cele mai multe ori) reparate anumite daune. Iată de ce Consilierul-avocat va proceda astfel față de Sine: “Îmi ești dator că te-am scăpat curat; îmi plătești datoria schimbând comportamentul tău.” (adică operând modificări în structura și manifestarea Personalității). Pentru că – iar aceasta o știm și o experimentăm cu toții în fiecare zi – Sinele odată eliberat, are tendința de a da uitării trecutul (mai ales părțile cu datorii) și de-a o lua de la capăt! Dar Consilierul nu este considerat eliberatorul infractorilor, ci el slujește binelui și împlinirii Sinelui însuși.

Pentru că nu e destul ca medicul să dea un calmant ori anestezic pacientului, ci trebuie executată operația de vindecare. Acest lucru trebuie să-l îndeplinească întocmai și Consilierul: deci pe lângă faptul că a sprijinit Sinele la greu, acum trebuie să-l pună la lucru. Îi va arăta ce, cum și unde trebuie operate transformări în structura Personalității; îi va oferi soluțiile și tot sprijinul său “tehnic” (fizic, afectiv, cognitiv, etc.) până la rezolvarea situației.

b) Cealaltă perspectivă are în vedere situația în care Sinele se vede disperat și neputincios, abandonat chiar și de propria sa identitate, un infractor monstruos care nu merită apropierea și afecțiunea nici unei ființe, și în plus lipsit chiar și de puterea de a vrea să se schimbe, să-și transforme această atitudine. În această conjunctură, Consilierul va trebui să pledeze și să obțină “eliberarea pe cauțiune”. Ce înseamnă aceasta? Îi va dovedi Clientului că este un om la fel de bun și de capabil ca toți oamenii, că merită dragostea și încrederea oricui și că – iată, ca dovadă – el, Consilierul își permite să facă această “investiție de încredere” în persoana clientului. Iar, în plus, este specialistul-agent al Schimbării: tot ce trebuie să facă de acum Clientul este să-i dea o pauză de odihnă Sinelui (obosit de-atâta zbucium și suferință) și să lase Personalitatea năvălășă în seama Consilierului, care o va “dresa” făcând din ea cel mai potrivit instrument pentru ca Sinele, revenit apoi, să se poată manifesta corespunzător, regulamentar și să poată realiza atât de mult dorita *Împlinire în viață și în lume*.

CAPITOLUL IV ABILITĂȚILE CONSILIERULUI

O fereastră bine făcută nu atrage atenția; ea doar lasă lumina să treacă

Dale Carnegie

I. CALITĂȚILE ȘI ABILITĂȚILE CONSILIERULUI

*În momentul în care omul percepe esențialul din Ființa Lumii,
se apropie de ființa sa proprie, de propria sa desăvârșire.*
Abraham Maslow

A. Atitudinea față de Psihologia Ființei

Presupune în primul rând posibilitatea de a se pătrunde de mesajul Psihologiei Ființei, de a percepe structurile profunde și mecanismele de funcționare a Ființei Umane în manifestarea sa complexă, ca Om, de a dori să contribuie pe această cale la gestionarea stării de bine la nivel de individ și comunitate, de a se dedica dezvoltării cunoașterii și aplicării conceptelor Psihologiei Ființei, a lărgirii sferei sale de activitate – de la persoana umană la întregul organism social, - de a-și aduce propriul aport la progresul Ființei și al Lumii, de a se perfecționa continuu spre a deveni un model social și uman demn de urmat.

B.Fondul Moral și Nivelul Conștiinței

Această cerință circumscrie aspectele esențiale oricărui consilier, între care cele mai relevante ni se par a fi următoarele:

a) un nivel al Conștiinței care să-i permită înțelegerea Legilor de manifestare a Vieții (cel puțin la nivel socio-uman), să-i permită accesul la Credință (în materie de consiliere psihologică, un om fără credință

este ca un orb care încearcă să conducă alți orbi) și totodată utilizarea celui de-al 7-lea simț: Intuiția (pentru că prin aceasta, în fapt, se face exprimată Conștiința)

b) să aibă capacitatea și accesul la înțelegerea elementelor generale de Știință Spirituală, adică Ființa lui să fie la un grad corespunzător de evoluție și în plus să fi dobândit o suficientă experiență (de-a lungul vieților trecute) în măsură de a-i permite să perceapă realitatea holografică, să aibă deopotrivă deschiderea spirituală spre toate orizonturile și înălțimea generală spre a le cuprinde panoramic și a înțelege astfel Principiile Generale care guvernează ansamblul proceselor particulare la nivel de viață și de ființă.

c) să posede și să manifeste apropierea și respectul față de Viață ca Fenomen, indiferent sub ce Formă se prezintă aceasta și în plus să manifeste înclinația, atracția și empatia față de Ființele Umane deopotrivă cu dorința de a sluji acestora, pentru realizarea Împlinirii de Sine (Țelul fundamental al fiecărui om) fiind dispus în acest sens la numeroase și variate sacrificii personale.

d) să manifeste o atitudine de prețuire și recunoștință pentru tot ce Viața îi scoate în cale pe Drumul Propriu – ființe, lucruri, evenimente, fenomene – să fie mereu atent la Mesajul Simbolic prin care Sufletul Lumii se adresează Rațiunii și Conștiinței noastre, călăuzindu-ne spre tot ceea ce avem de îndeplinit. Să trăiască starea interioară de Evlavie în fața Măreției Vieții (indiferent de numele ce i se dau: Marea Ființă, Dumnezeu, Univers, Natură, etc.)

e) să poată privi absolut egal toți oamenii (:transumanismul) , dincolo de orice bariere ori diferențieri sectoriale (:naționalitate, religie,

sex , vârstă, origine etnică, concepție de viață, mod de manifestare, grad de evoluție, ranguri ori attribute sociale, stare materială, sănătate etc.)

f) să se străduiască a fi el însuși un model de conduită și atitudine, o ființă cât mai demnă de conviețuirea lături de alte ființe și de numele său de Om.

C. Trăsături de personalitate-prezentare generală

1.Capacități intelectuale

- capacitatea de a avea inteligență necesară procesului instruirii
- capacitatea de a se perfecționa continuu, mobilitatea în gândire
- deschidere spre nou; curiozitate epistemică
- capacitatea creativă și de adaptare
- capacitatea de a prospecta, a dezvolta și implementa soluții
- imaginație; gândire originală și ordonată
- spirit pozitiv și progresist
- capacitatea de analiză și sinteză

2.Aptitudinea de a înțelege oamenii, de a se apropia și a lucra/colabora cu ei

- realizarea de contacte facile cu oamenii
- capacitatea empatică și intuițională
- capacitatea de a câștiga încredere și respect; apropierea față de semenii
- capacitatea de a anticipa și evalua reacțiile umane
- respect, toleranță, răbdare și înțelegere față de ceilalți oameni și față de modalitățile lor de manifestare
- politețe și bune maniere

3. Trăsături de Caracter

- spiritul dreptății; onestitatea
- dorința sinceră de a sluji oamenilor
- fermitatea și hotărârea; inițiativa personală
- cordialitatea
- modestia; perseverența
- capacitatea de a recunoaște propriile greșeli și a învăța din acestea;
- capacitatea de a recunoaște propriile limite și a dori să le depășească
- bunul simț; principialitatea; simțul estetic

4. Capacitatea de a comunica, a convinge și a motiva

- capacitatea de a asculta
- ușurință în comunicare
- capacitate de comunicare polivalentă : verbală, scrisă, simbolică, non-verbală (metalimbaj) etc.
- valențe hermeneutice înnăscute (de intuire a semnificațiilor/ mesajelor lucrurilor)
- capacitatea de a intui canalul și frecvența de comunicare a interlocutorului (clientului) și a se adapta la acestea
- capacitatea de a motiva și a se motiva
- abilități de negociere și convingere

5. Maturitate afectivă (emoțională) și cognitivă (intelectuală)

- stabilitate în comportament și acțiuni
- independența și capacitatea de a trage concluzii corecte și obiective
- capacitatea de a suporta presiuni, frustrări, incertitudini, nesiguranță
- capacitatea de a acționa echilibrat, ferm, calm și obiectiv; spirit metodic

- autocontrol și ponderanță
- flexibilitate și adaptabilitate la condiții noi
- simțul umorului; optică de viață pozitivă și progresistă

6. Temperament și resurse energetice

- curaj; inițiativă și perseverență în acțiune
- grad rezonabil de încredere în sine
- ambiiție sănătoasă
- spirit întreprinzător; combativitate
- capacitatea de a înfrunța și soluționa probleme
- vigoare, energie, dinamism echilibrat
- putere de muncă susținută

D. Calități ale consilierului propuse/dorite de clienți

Stephen Lankton subliniază faptul că majoritatea clienților preferă pentru consilierul/psihoterapeutul lor următoarele calități:

- Să fie fermecător, simpatic și să-i stimuleze în plan psihologic. Terapeutul nu trebuie să fie pisălog, plicticos, agresiv sau să dădăcească pacienții. Acesta trebuie să aibă multă încredere în sine, să fie chiar puțin misterios, introducând chiar puțină ambiguitate și suspans demersului terapeutic.

- În același timp, terapeutul trebuie să fie egalul clientului, dar să-i merite respectul.

- Să-l ajute pe client să se confrunte cu realitatea prezentă și viitoare, să pară interesat de aceasta și să nu fie excesiv de preocupat de amintirile și experiențele trecute ale acestuia.

- Să nu eticheteze pacientul, pentru că acesta reprezintă un om viu și nu o entitate nozografică (boală, sindrom) și să nu-i stabilească acestuia criterii exterioare și artificiale de sănătate și eficiență.
- Să fie omenos și să aibă simțul umorului

E. Detalii privind calitățile profesionale ale consilierului

“Trecerea la rolul de consilier, de persoană de ajutor sau la cel de înțelept este destul de dificilă – arată Constantin Oancea – pentru că ea presupune renunțarea la atitudinile obișnuite ale unei persoane, dar mai ales ale unui educator, director, șef de colectiv, părinte, psiholog sau medic”.

Atitudinile primare, personale și cele profesionale, bine înrădăcinate în majoritatea viitorilor consilieri, vor fi înlocuite cu cele ale rolului de specialist în Managementul calității Vieții și Condiției Umane. Este aproape imposibil ca ele să coexiste. “Nu poți să fii dimineța zbir și seara sfânt/guru/tolerant și sfătos”(C. Oancea). În procesul de formare în consiliere se produce o transformare în profunzime pe multe planuri, care consumă mult timp și eforturi pentru a se ajunge la înțelegerea și controlul propriilor sentimente și atitudini contradictorii.

“Este greu de crezut, afirmă autorul citat, că o proporție atât de mare dintre cei care aparțin acestor categorii profesionale ar putea poseda toate calitățile înăscute ce reprezintă suportul natural al unui consilier/psihoterapeut de talent. Printre cerințele fundamentale se enumeră un *echilibru interior fundamental* – termen care se aplică deopotrivă la intensitatea precum și controlul reacțiilor emoționale, *răbdarea și disponibilitatea de a veni în contact cu problematica și suferința umană*. Răspunsul firesc este că, la o tramă generală de umanism și bunăvoință,

definită ca predispoziție fundamentală a psihoterapiei, se pot adăuga, prin învățare și străduință, rolurile specifice”.

“Un element definitoriu al predispoziției către psihoterapie – credea V. Tschudin – este *gradul ridicat de autoacceptare* al consilierului, care aduce cu sine acceptarea altora. Respectul față de altul și încrederea. În caz contrar, nemulțumirea față de sine, vinovăția și mecanismele de apărare generate secundar vor putea duce la o morală rigidă, rigoristă, proiectată în mod nefericit asupra persoanelor care caută ajutorul”.

În fapt, învățăm să nu judecăm pe cei care vin la noi acceptând problemele noastre, sau, mai curând, faptul că și noi avem probleme (așa cum am arătat mai sus, I.2.). Se consideră că îi judecăm cu atât mai aspru pe alții cu cât avem noi înșine probleme nerezolvate sau pe care, deși ne apasă, nici nu le cunoaștem. Calea către o atitudine pozitivă față de clienți sau interlocutori trece prin *dezvoltarea conștiinței de sine*, fapt pentru care Sigmund Freud a propus *autoanaliza didactică* pentru viitorii terapeuți/consilieri.

Departate de a institui o activitate de “inspirație spontană”, generată din adâncuri, practica sfătuirii/consilierii presupune un proces de structurare emotiv-atitudinală, menit să alinieze profesioniștii la cerințele unei activități atât de delicate.

Însăși prezența cuiva în câmpul unei profesii charismatice presupune o anumită autoselecție ce poate sugera îmlinirea unor nevoi de profunzime: aceea de a fi folositor altor persoane sau aceea de a fi competent într-un domeniu complex, și, posibil, răsplătit prin intervenția unor metode subtile ca: recunoștința, respectul din partea clienților și prestigiul social.

Asimilarea rolului profesional de consilier/psihoterapeut devine problematică întrucât riscă să intre în contradicție cu stilul și ticurile profesiei de bază, dar și cu idiosincraziile și prejudecățile persoanei sau de grup social. Ele pot crea bariere reale în înțelegere, și acceptare și în modularea afectivă caracteristică procesului consilierii. Identificarea și evaluarea lor conștientă, prin intermediul discuțiilor/seminarilor, poate oferi dimensiune schimbării ce trebuie întreprinsă.

În plus, așa cum s-a arătat “o atitudine de grijă față de cel căzut, aflat <în nevoie>, indiferent de aparențe, de comportament și de statut social, se naște și printr-o ținută filosofică diferită de a omului de pe stradă, care răspunde la ceea ce aude și vede prin atitudini primare, izvorâte din sensibilitățile și susceptibilitățile sale. Terapeutul/consilierul trebuie să sufere o importantă decentrare, persoana sa estompându-se pe cât posibil prin trecera către așa-numita poziție <slabă>, ceea ce va permite ca focusul atenției sale să se reorienteze către celălalt”(C.Oancea).

După Carl Rogers, “a avea abilități de consilier înseamnă mai mult decât a obține câteva deprinderi: înseamnă a ajunge la un nou fel de a fi, de a trăi. El se va reflecta în autenticitate și în capacitatea de a merge **împreună** cu cei pe care îi ajută”.

Printre **calitățile de bază** propuse de Rogers se găsesc cele trei fundamentale: căldura și naturalețea, înțelegerea empatică și o privire necondiționat pozitivă. La ele se va adăuga și o atitudine etică de bună calitate, conformă cu rigorile codului hipocratic și profesional.

a) Căldura sufletească

Acest element definește abilitatea de a fi deschis și abordabil față de persoanele care solicită sprijin. În conceptul de “căldură” sunt implicate următoarele componente: “interes, absența criticii, absența apărării față de atitudinile clientului, contactul psihologic strâns cu subiectul” (E.Schulman). După P.Burnard “căldura” este un produs al minții, o atitudine conștientă și o abilitate de a fi onest cu tine însuși, care crează premisa de a fi deschis față de alții și tratarea lor ca egali.

Ea se află la baza relației **eu-tu**, acea întâlnire care anulează diferențele de statut social, credințe, valori, etc., în timpul căreia se produce împărtășirea și mutualitatea – elemente fundamentale în relația de îngrijire, în cea religioasă precum și în alte forme de ajutor.

Participarea la suferința sau dificultățile altuia, ale celui din față, nu înseamnă efuziuni sentimentale. Ele sunt cu atât mai greu de acordat cu cât terapeutul/consilierul **nu consolează**. Asemenea poziție nu este în concordanță cu nevoile pacientului, care așteaptă de la sfătuitor/consilier să se comporte ca un ins cu autoritate, să aibă trăinicia unei persoane capabile, avizate, care nu se pierde în emoții și fleacuri. El conduce corabia.(C. Oancea)

Așa cum s-a arătat în literatura de specialitate – C. Oancea – Conceptul de mutualitate în relația terapeutică de ajutor, postulat de către M. Mayeroff este controversat, pentru că el ar presupune un statut de egalitate între parteneri. Fundamental, relația este inegală, rezultând din solicitările sfătuitului, pentru care terapeutul devine o persoană foarte importantă ca sursă de sprijin pentru o perioadă de timp, dar nu pentru că ar dori să închege o prietenie prin care să se creeze relații

apropiate, să se vadă în fiecare zi, să îi cunoască îndeaproape viața intimă. În fapt, nici nu este cazul. Clientul dorește numai să intre în gândurile terapeutului despre el, în sfera de interes, să câștige un loc în atenția sa, să-i capteze sprijinul.

Căldura este un element care trebuie oferit de către profesionist, dar fără ca reciproca să fie necesară; și în nici un caz nu poate fi cerută. Căldura oferită este percepută diferit de către părțile implicate; nu putem ști dacă această căldură este percepută la intensitatea intenționată sau trăită de terapeut/consilier. Chiar dacă persoana de ajutor o consideră ca fiind de o intensitate firească, ea poate fi interpretată de cel în criză drept răceală, iar aceasta poate devina o barieră pentru dezvoltarea relației terapeutice. Cineva prea distant nu poate îngriji pe altul cu probleme sufletești.

Dacă terapeutul/consilierul își percepe o anumită răceală involuntară, se recomandă (C. Rogers, C.Oancea) să reflecteze asupra cauzelor sale, autoexaminarea oferindu-i prilejul de a o corecta. De obicei, în relațiile terapeutice, ca și în altele, de altfel, se produce o autoreglare, o ajustare într-un lanț care începe cu anticiparea viitoarei atitudini, trecând prin verificarea “temperaturii” din timpul întâlnirii și aducerea sinelui la un nivel de căldură convenabilă ambelor părți.

b) Naturalețea

Este o trăsătură greu de falsificat sau simulat. Problema centrală este dacă suntem sau nu interesați în situația respectivă. În calitate de profesioniști, ar trebui să fim interesați de toate cazurile. În practică, unele cazuri atrag mai mult, și, în special, cele care amintesc de

problemele noastre. Poate să apară un conflict între naturalețe și controlul căldurii manifestate. În acest caz, autocontrolul poate apărea ca ceva artificial. O reglare corectă între ele crește eficiența intervenției. E. Egan a rezumat câteva din trăsăturile naturaleței terapeutice:

- a nu supraevalua, sublinia rolul tău profesional, a evita atitudinile stereotipe;
- a fi spontan, dar nu necontrolat și hazardat;
- a rămâne deschis și nedefensiv când te simți amenințat;
- a fi consistent, a evita diferențele dintre valorile propuse și comportamentul propriu, discrepanțele dintre gânduri și fapte;
- a manifesta tact și respect;
- a fi dispus să împărtășești experiențele tale cu clienții, dacă ele pot fi folositoare pentru ei.

A fi spontan presupune câteodată a exprima mirarea, dar nu indignarea sau nemulțumirea. Ea poate oferi clientului șansa de a percepe distanța la care se află în raport cu scara obișnuită de valori a familiei sau a societății și este utilă persoanelor dezadaptate, a celor implicate în acțiuni hazardate. Lor le lipsește de multe ori percepția devianței, a distanței față de normative. Dezvoltarea percepției de acest tip este o acțiune delicată. Foarte ușor subiectul se poate simți lezat, amenințat de mirarea consilierului/terapeutului, creându-se tensiunea relațională parazită. Reformularea ideilor într-un limbaj mai puțin direct, expunerea pe un ton mai neutru, prietenos, o poate reduce substanțial. Esența mesajului se va păstra, pierzându-se din aparența de amenințare.

Asemenea abilități – atrage atenția C. Oancea – nu sunt simple artificii tehnice. Ele reflectă atitudini fundamentale, prin care

profesioniștii rămân alături de subiecți și nu se refugiază în spatele unei atitudini formal-profesionale. Ei învață să rămă ei înșiși în situațiile de sfătuire/consiliere/psihoterapie, adică relaxați, proaspeți, atenți la suferință și echilibrați, pentru a da imaginea unei <stânci în fața furtunii>, puternică și de neclintit, ceea ce nu este deloc ușor. Tăria încrederii în sine a terpeurului și în ceilalți, în administrarea situației clientului, poate sprijini pe cineva care se clatină și poate deveni un exemplu în lupta cu viața.

Calitățile menționate se edifică treptat, odată cu intrarea în profesiune prin muncă/antrenament, devoțiune și reușită. Goethe îndemna cândva: “indiferent de ceea ce poți face, sau visezi că poți face, începe! Până ce nu ești devotat unui țel există întotdeauna posibilitatea de a bate în retragere. Dar atunci când te dedici cu hotărâre unui țel, Providența acționează și ea”.

Însă dispoziția de moment a terapeutului, oboseala, epuizarea, bolile sale fizice, necazurile proprii îi pot reduce disponibilitatea. De aceea, un psihoterapeut/ un consilier experimentat își va construi un **stil de viață echilibrat**. Și va căuta să treacă propriile sale probleme pe planul doi sau să le uite în timpul sesiunilor terapeutice. “El trebuie să aibă grijă de forma sa precum aviatorul sau sportivul de performanță, dat fiind că instrumentul cu care se lucrează, eventualul <bisturiu> este reprezentat în exclusivitate de către psihicul său, care trebuie îngrijit și protejat”.(C.Oancea) Este preferabil să se amâne o ședință de psihoterapie decât să se intre în proastă dispoziție sau extenuare, cu tot cortegiul de neatenție și mimică nefavorabilă. Ele pot fi pe nedrept interpretate de client ca exprimând atitudini negative îndreptate către el însuși sau pot să îi trezească mila, rolurile inversându-se.

c) Empatia

Potrivit lui Karl Jaspers, noțiunea desemnează capacitatea de a intra, într-un sens perceptual, în lumea interioară a altei persoane, să vezi lumea așa cum o vede persoana respectivă. Înțelegerea empatică include și capacitatea de a transmite această percepție acelei persoane. Dacă B. Kalisch insistă asupra calității de a percepe corect trăirile altei persoane și a-i comunica această înțelegere, M. Mayeroff este și mai explicit, definind-o prin gradul de insinuare în psihicul altuia .

“Pentru a reuși să sfătuești/consiliezi/îndrumi o altă persoană trebuie să o înțelegi pe ea și lumea sa ca și cum ai fi acolo, înăuntrul ei, să vezi lumea din afară și pe ea însăși cu ochii ei. În loc să privim persoana ca pe un caz, în mod detașat, din exterior, trebuie să intrăm cu ea în lumea sa proprie, pentru a simți pe dinăuntru cum i se pare viața, ce griji și ce nevoi are, ce frământări”.(C. Oancea)

Procesul de înțelegere empatică implică intrarea în lumea altcuiva fără a ști unde se va ajunge; de aceea, este privit ca pe un act de încredere, al cărui rezultat este imprevizibil. Orice anticipare grăbită blochează procesul empatic care este, după expresia lui P. Burnard, “ o călătorie în care sfătuitorul este un prieten și tovarăș de călătorie al celui care o întreprinde”. Numai că această călătorie este către înăuntru. În procesul de explorare a lumii clientului se intră fără prejudecăți sau judecăți de valoare, fără sfaturi; numai pentru a-i da acestuia șansa de a se cunoaște și a se înțelege prin această oglindă “binevoitoare” care este psihicul sfătuitorului (a se vedea supra “Funcțiile consilierului”)

*

Așa cum s-a arătat (C.Oancea) **mecanismul de oglindire/reflectarea** devine pentru un sfătuitor/consilier un mod de a exista, o stare sufletească de disponibilitate, care aduce liniște clientului și-i permite să-și analizeze problemele pe deplin. Spre deosebire de *simpatie*, care e un fel de verișoară, superficială, **empatia** implică o înțelegere de bază a problemelor subiectului și o atitudine activă.

Cel ce simpatizează compătimește, dar rămâne cu el însuși, este oarecum egoist. Mila, compasiunea, sau chiar a imagina ce simte victima în momentul acela, aparțin toate sferei simpatiei și presupun distanță, lipsa implicării reale.

*

În ceea ce privește **conversația empatică**, pentru a răspunde complexității mesajului empatic au fost concepute concepute două niveluri (a se vedea R. Carhuff, G.Eagan).

1) La primul nivel persoana de ajutor răspunde și reflectă la cele spuse, arătând o înțelegere de bază, așa cum poate fi observată în dialogul următor,(preluat din C. Oancea):

Clientul: “Mă simt foarte rău astăzi, mai rău decât ieri...”

Terapeutul: “Vă simțiți mai rău astăzi...”

Cuvintele repetate sunt astfel formulate încât oglindesc trăirea fundamentală a subiectului. Persoana de ajutor arată că a auzit mesajul, dar a mers mai departe, a lansat o invitație implicită de a-l aprofunda, în măsura în care clientul crede de cuviință, este la latitudinea sa. Mesajul a fost recepționat corect și acceptat în dimensiunea sa neplăcută. El, terapeutul, a făcut un prim pas și e gata să asculte. Terapeutul a rămas la același nivel cu clientul. În schimb, un mesaj neempatic ar suna astfel:

Clientul: “Mă simt foarte rău astăzi, mai rău decât ieri...”

Terapeutul:” Așa sunt simptomele astea, trec greu, dar vor dispărea...”

Terapeutul a recepționat mesajul clientului, dar a dat un răspuns inadecvat, prin care a comunicat dezinteresul față de noua evoluție a stării acestuia. Depă un asemenea răspuns nepăsător, clientul va încerca să capteze atenția terapeutului, sau , poate, se va opri.

Primul nivel de conversație sau ascultarea empatică de gradul I este foarte utilă pentru începutul discuției psihoterapice. În acest stadiu este preferabil să se meargă în ritmul, în pasul clientului, fără a solicita informații suplimentare.

Limitarea la acest model face ca drumul către problematică să fie lung și întortochiat. Subiectul se va simți singur, neajutat să depășească un anumit nivel de înțelegere. El va rămâne la suprafața problemelor.

2)La al doilea nivel apar răspunsurile empatică de gradul II, mai aprofundate. Ele oferă o reflectare a trăirilor, a sentimentelor, competată printr-o anumită interpretare care sintetizează, aprofundează și poate atinge ceea ce plutește deasupra discursului, ceea ce nu s-a spus. Iată exemplul unui răspuns empatic de gradul II (oferit de același autor):

Clientul: “Mă simt foarte rău astăzi, mai rău decât ieri...”

Terapeutul: “Asta înseamnă că astăzi vă simțiți mult mai deprimat, mai descurajat decât ieri.”

S-a realizat identificarea și denumirea stării afective a subiectului, adică un pas înainte către aprofundare. Un asemenea răspuns necesită un grad de intuiție și sinteza a mai multe informații despre persoana respectivă, cum ar fi a celor rezultate din comunicare din mimică, din voce. Depresia se “citește” pe fața și pe înfățișarea subiectului, în modul în care stă pe scaun și în mișcările sale.

Conversația empatică nu se poate menține la un singur nivel de empatie, fie el și de gradul II. Răspunsurile alternează și se adaptează în raport cu situația. Adaptările de rigoare înseamnă modificări în formularea verbală și în tonalitatea emoțională, raport cu starea sufletească a sfătuitului și posibilitățile sale de înțelegere și recepționare a mesajului. De aceea, ***o grijă deosebită a terapeutului o constituie verificarea adecvării răspunsurilor***. Deși au fost elaborate scale de măsurare a empatiei, valoarea lor este dificil de evaluat în mod strict obiectiv. Ea este, mai degrabă, o percepție globală, care se câștigă în timp ce discuția empatică este “pe fază” sau nu.

Independent de rigorile stilului empatic și de adaptările necesare în comunicarea cu cel aflat în criză, înfricoșat sau deprimat, mesajul fundamental al ascultării empatică este că suntem acolo, cu el, într-o lume îngrijorătoare dar nu suntem noi înșine afectați și suntem gata să-l urmăm și să-l ajutăm.

Desigur că există și nu pot fi nici ignorate pe cât nu pot fi de asemenea total înlăturate, **limite ale înțelegerii empatică**.

Consilierul/psihoterapeutul trăiește într-o lume diferită în raport cu clienții săi, lume în care experiența sa directă este inevitabil limitată sau lipsește. Transpunerea în universul altei persoane reușește mai mult sau mai puțin. ***Pentru a se apropia cât mai mult de lumea subiectului este nevoie de suspendarea judecății critice, de uitarea de sine, de opiniile, de prejudecățile și de experiența proprie***. “Să ne limităm deci – îndeamnă C.Oancea – la a aculta și a înțelege”.

Ascultarea empatică se învață, se exersează în practică, prin eforturi conștiente de a canaliza atenția către client și prin controlul tendinței de a compara automat experiența proprie cu cea expusă.

d) Privirea/optica necondiționat pozitivă

C. Rogers definește această poziție drept ***predispoziția către a aprecia, către acceptare. Clientul devine o persoană valoroasă, pozitivă, fără condiții și limitări***, ceea ce nu este ușor de acceptat, dat fiind situațiile adesea nefavorabile în care se află. Cel ajutat este considerat esențialmente bun. Afecțiunea sfătuitorului nu presupune neapărat reciprocitate. Privirea pozitivă este un punct de plecare, o premisă pentru încrederea acordată clientului ce trebuie să depășească situația de criză.

Ea presupune abilitatea de a arăta afecțiune altruistă, dezinteresată, o afecțiune profesională care este sursa încrederii necondiționate în calitățile clientului.

După P. Halmos relația de consiliere a clientului este precum un act de credință, însoțit de convingerea că acțiunea noastră va fi de folos chiar dacă rezultatul nu poate fi neapărat previzibil pozitiv.

II. MOTIVE DETERMINANTE ÎN ALEGEREA PROFESIUNII DE CONSILIER

Nu există sursă mai bogată de satisfacții decât aceea de a te simți opera propriei tale personalități și sculptor al propriei tale ființe.
Vasile Pavelcu

Redăm în continuare principalele motive considerate determinante și necesare în orientarea opțiunilor profesioniștilor către consiliere, așa cum au fost acestea culese de Roxana Brânzei:

a) Dorința de a lucra cu și pentru oameni. Dorința de a cunoaște și de a descoperi partea cea mai inefabilă a ființei umane, <psyché>-ul, curiozitatea, dorința de împlinire prin împlinirea și echilibrul celorlalți, dorința de a contribui la sanogeneza societății mai mult decât un alt specialist.

b) Dorința de a lucra cu unicitatea individului din fața ta. Credința în propria abilitate de a »mișca « credințele celui alt. Nevoia de a ajuta fără a aștepta glorie și recunoaștere (așteptări care ar interfera nefericit cu eficiența actului terapeutic).

c) Dorința de înțelegere a complexității naturii umane și satisfacția de a utiliza această cunoaștere în vederea influențării efective, pozitive, a comportamentului și conduitei persoanelor cu tulburări psihice.

d) Dorința de a ajuta persoane aflate în dificultate. Pasiunea pentru psihologie.

e) Nevoia de a te face util, verificând calitățile de psihoterapeut de care dispui, de a-i ajuta pe semenii.

f) Dorința de a-l ajuta pe celălalt, mai ales după ce ai fost ajutat la rândul tău. Conștientizarea faptului că poți înțelege problemele celui alt și că poți comunica cu el pentru a-l ajuta.

g) Iubirea de oameni.

h) Posedarea unui psihic echilibrat, a unei capacități de comunicare eficientă, deschiderea față de schimbare și dorința de a-i ajuta pe ceilalți.

i) Pentru că este unul din cele mai eficiente moduri de a-i ajuta pe ceilalți în această lume nebună. Pentru că este o modalitate de autocunoaștere. Pentru că, în mod sigur, nu este o profesie plictisitoare, lipsită de satisfacții.

j) Obținerea mai ales a satisfacțiilor sufletești, a împlinirii personale și profesionale.

k) Pasiunea, vocația

l) Profesia de psihoterapeut nu poate fi aleasă; trebuie să fii născut cu harul de a fi psihoterapeut

m) Univers larg de cunoaștere; diversitatea problematicii abordate; se oferă posibilități de autocunoaștere; creșterea stimei de sine; motive religioase (de a face bine)

n) A-l ajuta pe om în cunoașterea propriei persoane, să amelioreze interrelaționarea sa cu ceilalți, a descoperi împreună noi alternative și strategii mai eficiente de abordare a unei probleme. A fi <doctorul> (vindecătorul) sufletului unui om, pentru că el, consilierul vindecă folosind cuvântul.

o) Dragostea pentru oameni, convingerea intimă că îi poți ajuta, faptul că posezi anumite resurse compatibile cu această profesie.

p) Dăruirea, dorința de a-i ajuta pe ceilalți.

r) O bună pregătire, capacitate empatică mare, înțelegere și cooperare, o bună capacitate de comunicare și dorință de a ajuta.

s) Știința, Inteligența, Empatia și Conștiința faptului că aparții dimensiunii umane. Dorința de a-i ajuta pe ceilalți, să se regăsească și să-și continue, în bune condiții, viața.

t) Persoanele care aleg acest drum o fac pentru că simt nevoia de influențare pozitivă a semenilor, de a-i salva pe unii de la prăbușire socială și psihică, poate chiar de integrare personală într-o societate mai echilibrată și mai emancipată.

u) În primul rând, trebuie să simți nevoia de a lucra cu oamenii, de a-i ajuta să treacă prin unele momente dificile ale existenței lor. În al doilea rând, poți opta pentru psihoterapie dacă vrei să cunoști mai bine problemele umane, tipurile de personalitate, caracterul oamenilor și dacă ești destul de matur și echilibrat psihic și afectiv, astfel încât să faci bine omului respectiv și să nu fii influențat nici tu.

v) Disponibilitatea sufletească, calități native de a fi un bun ascultător, de a avea răbdare și înțelegere, și, mai ales, iubirea de

semeni. Plăcerea de a lucra cu oamenii. Factorul material. Relațiile ce se stabilesc.

x) Conștientizarea unor aptitudini reale de a-i putea ajuta pe cei din jur în probleme de acest gen. Plăcerea de a direcționa în sens pozitiv afectul persoanelor în legătură cu problemele proprii.

CAPITOLUL V

PREGĂTIREA PROFESIONALĂ A CONSILIERULUI

Dacă Dumnezeu are de gând să te folosească, te va purta prin multe experiențe care nu îți sunt, de fapt, destinate ție. Acestea au menirea de a te face util în mâinile Lui, pentru a putea înțelege ce se întâmplă în viețile celorlalți oameni, astfel încât să nu te ia nimic prin surprindere.
Oswald Chambers

I.OBIECTIVE DE ANSAMBLU

Adevărata măreție este să ai întrunit în tine slăbiciunea omului și seninătatea zeului.
Seneca

“Să privim omul ca om, iar relația sa cu lumea ca pe o relație umană, ne invita Karl Marx în urmă cu aproape două veacuri; și atunci nu poți schimba iubirea decât pe iubire, încrederea pe încredere ș.a.m.d. Dacă vrei să te bucuri de artă, trebuie să fi instruit în domeniul artei. Dacă vrei să ai influență asupra altora, trebuie să fi o persoană cu influență cu adevărat stimulatoare și promovatoare asupra altor oameni. Oricare din relațiile tale cu omul sau cu natura trebuie să fie o expresie definită a adevăratei tale vieți individuale, corespunzătoare obiectivului dorinței tale. Dacă iubești fără să generezi iubire, adică dacă iubirea ta ca atare nu produce iubire, dacă prin mijlocirea unei exprimări a vieții ca persoană ce iubește nu te transformă într-o persoană iubită, atunci iubirea ta este impotentă, este o nefericire”.

Pentru că, așa cum arăta Francis Bacon: “firea omului produce fie plante bune, fie buruieni. De aceea trebuie ca, la timpul potrivit pe unele să le cultivăm, iar pe celelalte să le stărpim. Firea este adeseori ascunsă, uneori înăbușită, rareori sugrumată. Constrângerea face ca firea să fie

mai impetuoasă în reacția ei; învățătura și preceptele fac firea mai puțin năvalnică; numai deprinderea schimbă și supune firea.

Astfel încât, cel care caută să-și învingă firea să nu-și impună sarcini nici prea mari, nici prea mici; căci cele dintâi îl vor face să se descurajeze din pricina deselor neizbânzi, iar cele din urmă îl vor face să progreseze prea puțin, cu toate că va izbândi adeseori”.

*

Iată de ce printre obiectivele generale ale pregătirii profesionale a consilierilor/psihoterapeuților se numără și următoarele:

a) Formarea unei viziuni globale asupra lumii și a vieții, înțelegând și realizând conexiunile și interdependențele fenomenelor socio-umane pe parcursul evoluției acestora în ultimele trei-patru milenii.

b) Înțelegerea momentului actual și a problemelor fundamentale ce se ridică în fața sufletului uman (și care îl condiționează modul de a fi și a se manifesta atât la nivel social cât și prin raportare la sine însuși) mergând de la crizele globale ecologice, sociale, geo-strategice, până la cele științifice, tehnologice, etice, moral-religioase, trecând prin criza de identitate și de alienare a individului, destrămarea familiei, schimbarea paradigmelor valorice etc.

c) Cunoașterea evoluției domeniului psihologiei în strânsă legătură cu transformarea tuturor conceptelor omenirii și, pe baza Științei Spirituale, observarea momentului actual al acestei evoluții, în sensul percepției „Științei Sufletului”, ca pe un capitol transdisciplinar, al unei Științe unice, cuprinzând și reglementând toate domeniile vieții.

d) Înțelegerea deci, a Psihologiei Ființei ca pe o disciplină trans-umanistă, care include datele, metodologiile și experiența psihologiilor anterioare (:psihanaliza freudiană și psihologia jungiană, psihologia

behavioristă dar și cea umanistă, gestaltismul, funcționalismul, psihologia transconștiinței sau terapia unificării și logoterapia etc), fiecare dintre acestea având un conținut (fundament) valoric și dezvoltând anumite concepte și tehnici considerate valabile (prin raportare la Știința Universală) și deci însușite ca și capitole/părți componente ori instrumente de lucru și cercetare, de către Psihologia Ființei.

II. STUDII ȘI CERINȚE DIDACTICE

Omul are nevoie pentru certitudine în simțire, pentru riguroasa desfășurare a caracterului, de o cunoaștere a lumii spirituale. Deși poate simți grandoarea, frumusețea, înțelepciunea lumii naturale în modul cel mai amplu, aceasta nu-i dă nici un răspuns la întrebarea despre propria sa ființă.
Rudolf Steiner

A. Studii sociale clasice:

a) Studii superioare

Acestea pot fi realizate pe domenii umaniste sau tehnice, medicale etc. Domeniul contează doar în măsura în care consilierul reușește să păstreze o formație de ansamblu din partea specializării respective: este evident că un „inginer” va privi lucrurile altfel decât un „filolog”, iar un „agronom” altfel decât un „matematician”. Pentru că din punctul de vedere al Științei Universale „nimic nu este întâmplător”, adică, el a urmat această specializare fie dint-o chemare lăuntrică (ceea ce înseamnă că avea deja „formarea” pe direcția respectivă), fie dintr-o “întâmplare a vieții”(ulterior, sau pe parcurs descoperind că nu avea finitate pentru ramura respectivă), însă „chinul interior” produs de această obligație de a studia/face lucruri străine ființei sale l-a îmbogățit

la nivel de cunoaștere, înțelegere și experiență. Se aplică aici, defapt, principiul „fiul răătăcitor”(Noica) sau al ricoșeului (:prima dată viața ne plasează în exact partea opusă celei în care noi trebuie să ajungem până la urmă tocmai pe baza impulsului, a forței și motivației pe care ne-o dă faptul de a constata că nu avem ce căuta în acel loc, ci că trebuie să fim pe malul celălalt al râului: acolo este casa și familia și lumea noastră; acolo și numai acolo putem trăi, munci, suferi și ne bucura. Dar până a ajunge acolo e necesar să luăm valurile-n piept și să traversăm viața. Exemplele sunt tot atâtea câte ființe umane sunt chemate la naștere, însă dintre cele mai celebre (cunoscute) putem aminti: Campanella: și-a petrecut aproape trei decenii în închisoare, dar a militat pentru libertate și justiție; Darwin: a coborât omul pe picior de egalitate cu toate ființele și a distrus doctrina bisericească, dar a început acest drum cu studii de teologie; Einstein: a revoluționat fizica, dar în școală a detestat-o având și mari probleme din cauza ei; Nietzsche: profetul Omului și al Puterii de a Fi, al Voinței și al Energiei, a fost el însuși lipsit de toate acestea, chinuit de cele mai diverse slăbiciuni etc. Și exemplele pot continua până departe.

b) Formare transdisciplinară

Transdisciplinaritatea prin definiție presupunând un conținut de cunoaștere și de metodologie unificată și comună tuturor disciplinelor sectoriale (științele actuale ale societății), solicită Consilierului accesarea tocmai acestui bagaj de informație cu aspect holografic și integrator, aflat pe un nivel de realitate superior fragmentării funcționale (la nivel de științe particularizate domenial) și născută din acțiunea sinergică a tuturor acestor subsisteme sectoriale.

Astfel Consilierul trebuie să cunoască și să înțeleagă procesele manifestării vieții societății umane, ca o curgere continuă, ca o transformare progresivă, o evoluție unitară și bine structurată a mersului istoric la nivel de paradigme, de cultură și civilizație, de știință și tehnologie, de concepte și fundamente spirituale etc, între toate acestea existând legături atât de strânse încât ele funcționează ca părți organice și procese, aparținătoare unui singur și complex fenomen având în centru ființa umană și devenirea sa la nivel individual și colectiv (social). Și chiar mai mult, fiecare sistem este creația interdependentă a tuturor celorlalte, el însuși contribuind atât la formarea acestora cât și la devenirea proprie. Iar omul este el însuși un astfel de subsistem integrat armonic și sinergic în complexul mai mare al Istoriei speciei (societății), al Istoriei Vieții pe Terra.

În spiritul și pentru realizarea demersului transdisciplinar, programa de pregătire a Consilierilor va cuprinde în mod obligatoriu următoarele secvențe:

1° Psihologia Ființei

2° Elemente de Știință Spirituală

-tratate mai jos

3° Cultură și Civilizație: curs unitar, de sinteză, realizând prezentarea integratoare a evoluției istorice la nivel de concepte, evenimente, stil de viață, mod de a fi și a gândi, realizări tehnice, științifice, artistice etc ale omenirii pe parcursul succesiunii epocilor și culturilor ultimilor 3-4 mii de ani, atât în Europa și Asia, cât și pe alte teritorii: America, Africa, Polinezia.

Se va accentua pe interdependențele, legăturile armonice, unitatea de exprimare a oamenilor, pe ciclicitatea proceselor vieții și pe

progresul continuu etc (o mai bună înțelegere se va dobândi de către Consilier în momentul abordării elementelor de Știință Spirituală).

4° Comunicare și Relații Publice: cursul urmărește descoperirea și înțelegerea de către Consilier a comunicării ca fenomen universal atât la nivelul lumii vii cât și al celei nevii, manifestată sub o gamă extrem de diversificată de forme: simboluri, limbaj, metalimbaj, telepatie, limbajul formelor etc. Totodată se are în vedere aspecte practice, hermeneutic al științei comunicării (descifrare, înțelegere și transmitere a mesajului) mai ales că în domeniul psihicului uman aceasta este modalitatea cea mai valabilă de abordare și înțelegere a proceselor.

În același timp Știința Relațiilor Publice are o însemnătate deosebită dacă privim omul ca „ființă-în-lume”, adică o ființă care se raportează mereu la lucrurile din jur – începând cu semenii săi – pentru a cunoaște și a se cunoaște. Dar acest raport este o relație de influențare biunivocă (omul privește lumea din punctul său de vedere, subiectiv, dar ceea ce descoperă îl schimbă, îl transformă de cele mai multe ori ducându-l pe direcții total nedrepte). De aceea, Consilierul, pe deoparte, trebuie să cunoască mecanismele acestui proces de interacțiune om-lume, iar pe de altă parte, să le întrebuințeze deopotrivă în tehnicile de consiliere și în raportarea sa însuși la universul înconjurător pentru a deveni mai puternic, mai echilibrat, mai stabil, de aceasta – în cele din urmă, așa cum s-a arătat până aici – depinzând în mare măsură însuși rezultatul obținut de Client.

5° Retorica și arta discursului: întrucât în lumina Psihologiei Ființei, consilierea nu este numai terapie ci și educație, Consilierul trebuie să dispună de instrumentul necesar procesului de transformare a Clientului, în sensul determinării acestuia, a descoperirii și declanșării

mecanismelor și forțelor de motivare interioară în sensul acestei transformări. Deci nu este vorba de maipulare în sensul negativ, ci de acea orientare didactică (uneori chiar „păcălire”) necesară deblocării mecanismelor și înlăturării obstacolelor ridicate de Client însuși în calea propriei sale stări de bine.

Este în mare aceeași procedură folosită în toate școlile lumii (deci nu se pune problema fundamentului etic) cu deosebirea că aici Consilierul în primul rând se adresează unei singure persoane, de pătruns în realitatea sa profundă – și fiecare om are un univers al său și numai al său; dar toate universurile acestea ies la lumină și se manifestă pe ele însele prin comunicare sub forma limbajului (ține de specificul omului la momentul actual al evoluției Terrei). De aceea Consilierul trebuie să fie pregătit pentru abordarea unei game largi de „frecvențe de comunicare lingvistică” precum și deasemenea să cunoască tehnicile neuroprogramării lingvistice (PNL).

Ca să amintim numai aici faptul arhicunoscut că o vorbă bună la momentul oportun poate schimba o realitate întreagă și totodată arta discursului este o cale extraordinară de transmitere și de influențare a stărilor mentale, afective dar și de trezire a conștiinței (În același sens a se vedea Freud, Adler și psihologii ”umanști”)

6° Strategie Managerială: acest curs are în vedere managementul strategic aplicat. Pentru că așa cum îndeobște se știe dintotdeauna: Universul, statul, familia, viața privată, firma (etc) inclusiv procesul consilierii, se organizează, delurează și conduc după același principii și tehnici.

Principiile și tehnicile acestea îl vor face pe Consilier mai puternic (ca om), mai echilibrat și îi vor oferi pe lângă orientarea de ansamblu și

cheia pentru fiecare situație ce trebuie abordată, atât pentru Clienți cât și pentru sine însuși.

7° Alte cunoștințe și abilități:

- Tehnologia Informației și operare PC
- Limbi străine
- Programe de sport: fiecare Consilier trebuie să-și introducă în Planul de organizare avieții o disciplină sportivă
- Tehnici de Meditație/Concentrare/Energizare

B. Elemente de Știință Spirituală

Această cerință este fundamentală, tocmai având în vedere domeniul încă foarte limitat de pătrundere a realității, de către Știința Socială. De aceea Studiile Spirituale îi vor dezvălui Consilierului ce este Ființa Umană (la un cu totul alt nivel decât științele pământului, care o confundă foarte adesea ba cu mintea, ba cu procele naturii, ba cu ficatul, creierul ori alte organe ale materiei) și totodată îl voi ajuta să înțeleagă procesele Evoluției Vieții la scara întregului Cosmos, omul fiind o etapă și o tranziție structurată, din acest mare Lanț al Devenirii pe care-l parcurge Ființa.

C. Pregătirea de Specialitate

a) Aprofundarea disciplinară:

Presupune specializarea pe una sau mai multe dintre următoarele discipline:

- | | |
|--|--------------|
| -Astrologie | -Feng Shui |
| -Numerologie | -Fizionomie |
| -Chiromanție | -Oniromanție |
| -Grafologie | |
| -Meloterapie, Cromoterapie, Aromoterapie | |
| -Ter. Cognitivă | |
| -Ter. Florală | |
| -Ter. Fluidelor | |
| -Ter. Formelor | |
| -Ter. Spirituală | |
| -Hypnoza | |
| -Regresie Temporală | |
| -Meditație Transcendentală | |
| -etc | |

b) Specializarea holografică:

Vizează pregătirea hermeneutică pentru înțelegerea conexiunii de ansamblu și a funcționării mecanismelor de influențare a tuturor factorilor, privite din perspectiva interdependenței lor reciproce, prin raportare la convergența comună asupra omului, pentru a putea cunoaște modificările ce pot fi sau trebuie aduse în acest cuplu de factori în vederea atingerii obiectivului procesului de Consiliere: depășirea situațiilor, îndepărtarea obstacolelor, realizarea Împlinirii de Sine și educarea Clientului asupra managementului vieții proprii spre a menține și confirma mereu această stare dinamică a Împlinirii Sinelui.

Punctele a) și b) sunt alternative, dar se înțelege că în cazul obținerii pentru b) sunt necesare cunoștințele măcar principale ale tuturor disciplinelor de la punctul a).

La Consilierii cu specializare holografică se apelează în cazul realizării finale a Psihogramei precum și în diagnosticarea situațiilor complexe și care nu pot fi rezolvate sectorial.

c) Specializarea domeniială

În funcție de aptitudinile, abilitățile și orientările Consilierului, acesta se poate specializa pe un anumit sector de Clienți, ori de situații, cum ar fi: grupe sociale (bătrâni, copii, infractori, sinucigași etc), raporturi de muncă, raporturi de familie, consiliere spirituală etc.

**III. ALTE ASPECTE ESENȚIALE ALE PREGĂTIRII
PROFESIONALE**

Oamenii se dezvoltă tot așa cum se obține aurul. Trebuie să prelucrați tone de noroi pentru a obține o uncie de aur. Dar nu intrați în mină să cauți pământ; intrați să cauți aur.
Andrew Carnegie

Prin definiție consilierea este o știință aplicativă, în acțiune, care există numai prin practică. O bună parte din seva ei provine din experiența contactului cu clienții, dar aceasta nu se produce în mod automat, cum ar putea părea la prima vedere, oricât de mulți am fi întâlnit în practica personală.

Din evaluările realizate asupra practicii psihoterapice a consilierilor specialiști, obținute cu prilejul cursurilor de perfecționare, au reieșit

numeroase dificultăți rezultate din absența unei formări sistematice (C.Oancea) dar, de departe, cea mai însemnată a fost capacitatea redusă de conceptualizare, de judecare a experiențelor proprii, de formulare a unor ipoteze de lucru care să permită elaborarea de programe terapeutice mai îndelungate și în conformitate cu percepțiile unei școli, chiar dacă noțiunile teoretice de bază erau însușite. S-a creat astfel un hiatus greu de trecut între practică și teorie.

1. Conceptualizarea

Reprezintă un proces de prelucrare a datelor obținute din contactul cu clientul, și, posibil, din alte surse de informație. În consiliere, ca și în ale tipuri de psihoterapie, ea presupune evaluarea cazului din mai multe perspective: cea general umană (care se suprapune în bună măsură cu cea psihologică) și cea profesională.

a) Viziunea general umană

Abordează clientul dintr-un punct de vedere existențialist, după modelul lui “a fi în lume”. Sunt definite mai multe elemente ca: destinul (care include drumul sau ciclul vieții), situația dificilă prezentă și modul în care clientul încearcă să o rezolve, filosofia sa de viață, personalitatea sa (calități și defecte), caracterul său, imaginea de sine precum și a celorlalți, nevoile sale și, legate de ele, modalitățile de confruntare cu lumea, relațiile cu cei din jur, modul în care le concepe, așteptările, împlinirile și dezamăgirile sale, planurile sale, etc. În cazul unui grup se edifică o bună parte din componentele portretului psihologic al fiecărui component dar și structura grupului, relațiile promovate de fiecare,

satisfacțiile și tensiunile, ambițiile, ideologia și stilul de viață al grupului luat ca o entitate, mai ales dacă acesta este reprezentat de familie.

Sarcina cea mai dificilă a consilierului este de a culege toate datele din discursul adesea trunchiat al clientului, din ceea ce oferă el în timpul ședinței prin toate canalele de comunicare și chiar din ceea ce omite cu bună știință sau involuntar.

Consilierul trebuie să creeze din aceste bucăți foarte disparate o imagine încheagată, un portret psihologic cât mai aproape de modele literare, folosind similitudinile sau imaginile, cunoștințele sale înmagazinate în zestrea sa culturală sau câștigate prin experiența sa de viață. Chiar filmele, personajele din piesele de teatru sau cărți pot fi de folos în a creiona imaginea clientului și a problemelor sale.

Dincolo de reținerea *factologiei cazului*, adică a aspectelor descriptive ale existenței sale, și a situației actuale, ce constituie un strat important, dar, deseori, superficial, circumstanțial, este nevoie de un efort suplimentar de *sinteză* pentru apropierea de profunzimea problemelor sale. Acestea sunt prelucrările de fundal ce se desfășoară concomitent în timpul interviului.

Printre sintezele importante se enumeră și *denumirea rezumativă* a bolnavului și situației sale “într-un cuvânt” sau, mai corect, în câteva, și nu mai mult de 5-6, într-un limbaj obișnuit, inteligibil pentru client și care îi va fi comunicată la momentul potrivit. Formulări propuse de C. Oancea, precum “o tânără pe cale de a fi părăsită”, “sacrificată”, “un bărbat nemulțumit”, “ambiciosul”, “reacție de doliu neconsumată la o doamnă izolată” etc. aduc pe prim-plan aspecte precise, nucleul tematic, element care contribuie la perceperea semnificației globale a situației sale.

Portretul complex descris mai sus, completat în măsura înaintării în procesul terapeutic, servește ca o bază pentru înțelegerea cazului dar și pentru redarea “înțeleșurilor” profesionale înapoi clientului, care le va utiliza ca material de reflecție și, în final, ca sursă de autoînțelegere cu efecte terapeutice.

Redarea presupune o mișcare de translație înspre spațiul psihologic al clientului, printr-un efort suplimentar de conceptualizare, un fel de traducere în limbaj obișnuit, care îi va permite clientului înțelegerea și pătrunderea sensului celor spuse de consilier. Utilizarea unui limbaj obișnuit, poate ceva mai plastic, adesea un **limbaj metaforic și sintetic**, permite formularea unor răspunsuri tipic psihoterapeutice, accesibile clienților din toate punctele de vedere.

Un asemenea mod de exprimare din partea consilierului ușurează în mod substanțial contactul cu clientul, conținutul reflecțiilor noastre fiind de natură a cataliza schimbarea opiniilor și concepțiilor. Acest fapt este recunoscut în timpul ședințelor psihoterapeutice prin confirmări de genul: “Exact, așa gândesc eu!” sau corectări de rigoare, când clienții nu se regăsesc în aserțiunile noastre. Găsirea unor similitudini între trăirile clientului sau situația sa nefericită și modelele literare sau istorice este o artă și permite accesul rapid și abrupt al clientului către sine.

b) Viziunea psihologică

Instrucția psihologică a consilierului îi va permite să definească în termeni tehnici aspectele de mai sus prin prisma noțiunilor dobândite în urma pregătirii efectuate conform cerințelor expuse anterior. În comunicarea cu clienții, aceștia pot fi utilizați cu oarecare economie,

ținând seama de nivelul lor intelectual și de cel educațional. Astfel stările afective, care aparțin în general gamei negative (anxietate, mânie, depresie) vor fi denumite cu toate nuanțele sau intensitățile lor posibile, fie sub denumirea lor științifică, fie prin echivalențele din limbajul curent. Însușirea termenilor psihologici de specialitate de către client poate contribui la crearea unui sistem explicativ științific și la modificarea sistemului defectuos de atribuire, chiar dacă uneori, dacă nu sunt bine înțeleși, ei pot deveni surse de confuzie.

Pe parcursul procesului terapeutic/de consiliere este aproape întotdeauna nevoie să se introducă noțiuni noi, menite să lărgască orizontul de cunoștințe al clientului și care pot fi denumite în termeni mai tehnici. Ele vor constitui baza de plecare pentru restructurarea gândirii și pentru învățările specifice procesului psihoterapeutic.

c) Perspectiva terapeutică

Privește evaluarea psihoterapeutică sau operaționalizarea, care va defini particularitățile și nevoile clientului către selecția unui model profesional de intervenție dintre cele propuse de diverse școli/psihoterapii. În lumina conceptelor fundamentale ale curentului respectiv, datele vor fi prelucrate pentru a se obține: definirea semiologică, identificarea sau crearea unei ipoteze de lucru și alegerea metodei terapeutice potrivite.

Pentru realizarea unei competențe reale într-un domeniu atât de complicat a fost dezvoltat un sistem de învățare mai complex, bazat pe experiență, denumit învățarea experiențială. (Carl Rogers).

2. Învățarea experiențială

Celor două binecunoscute elemente ale educației obișnuite (cunoștințe și abilități) li se adaugă și o a treia – **experiența**, care este valorificată la un nivel superior. Integrarea lor se realizează în cadrul unui proces pedagogic mai aparte. În modelul clasic, focusul întâlnirii educaționale se plasează asupra profesorului și predării cunoștințelor sub formă de prelegeri. El conduce procesul de învățământ cu mai multă sau mai puțină autoritate, iar cuvântul și punctele sale de vedere au greutatea unui “magister dixit”. Tot el decide după principii strict didactice scopurile și obiectivele programei analitice și metode de examinare (a se vedea P. Burnard).

Din perspectiva existențială, denumită și romantică, dezvoltată așa cum spuneam, de C.Rogers) în centru se află studentul, care învață singur sau împreună cu alții, prin activitate și experiență. Se acumulează cunoștințe cu un grad de relativitate implicând și percepția personală asupra lucrurilor. Poziția profesorului este substanțial schimbată. El devine un facilitator care ajută la interpretarea experiențelor, la dezvoltarea comunicării dintre studenți, conceptualizează împreună cu ei și își modifică punctul de vedere pe măsura acumulării de cunoștințe asupra cazului. Studenții sunt îndemnați să reflecteze la experiența trecută și să-și planifice experiența viitoare. Acest model de educație pune accentul asupra judecății autonome, libertății de gândire, valorificării experienței subiective.

În procesul de învățare experiențială se pot delimita mai multe componente care se vor detalia în continuare.

a) Cunoștințe sau informații despre un subiect sau altul, de exemplu, cărțile în completarea volumului de față din Anexa I). Aceste informații sunt vitale, creează perspectiva teoretică și baza conceptuală a procesului de învățare.

b) Abilități care, în cazul de față, implică utilizarea unor comportamente specifice, verbale și neverbale. Ele corespund conceptului de a ști cum să faci (know-how). Abilitățile reprezintă substanța unei activități profesionale de succes și cuprind numeroase aspecte tehnice care trebuie asimilate ca atare. Toate sunt precise și oarecum codificate și se câștigă prin practică.

c) Experiența aduce cu sine cunoștințe rezultate din întâlnirea directă cu un subiect. Nuanța subiectiv-afectivă a acestor întâlniri conduce la crearea unor cunoștințe rezultate din relaționare și contact direct, care sunt dificil de transpus în cuvinte. M. Polanyi le denumește “cunoștințe tacite”. Se ajunge la o învățare cu puternică amprentă personală care are efecte asupra Eului, cu condiția ca experiența să fie reflectată și conceptualizată.

1. **Reflectarea**

După D. Kolb, plecându-se de la o experiență concretă și de la observație, se înaintează spre reflectare, ajungându-se la concepte abstracte și generalizări care vor fi testate în experiențele ulterioare. Prin aceste operațiuni și verificarea ipotezelor emise în timpul procesului terapeutic, învățarea experiențială oferă șansa unei pătrunderi mai în profuzime, specifică “praxisului” profesionist. Confruntarea cu diverse

cazuri practice nu este suficientă. Dincolo de banala operațiune de diagnosticare psihologică, este nevoie ca ele (cazurile) să fie aprofundate teoretic, să fie conceptualizate, pentru a se ajunge la descoperirea semnificațiilor, la definirea nevoilor de psihoterapie, la găsirea metodei potrivite, la înțelegerea procesului terapeutic.

Învățarea prin descoperire, teoretizată de J. Dewey, presupune un ciclu în care experiența actuală prepară pe cineva pentru cele de mai târziu, mai profunde, creându-se astfel premisele pentru continuitate și reconstrucția experienței. Reflectarea devine mijlocul principal de a schimba cunoștințele și semnificațiile. Ea presupune nu numai discutarea faptelor ci și încadrarea lor conceptuală în spațiul unui sistem teoretic deja cunoscut (analitic, cognitiv, umanist, spiritual) sau, de ce nu, într-un mod de gândire original.

2. Autoformarea

Nașterea unei conduite profesionale de calitate este legată de o poziție foarte activă a studentului. Pe tot parcursul perioadei de ucenicie, el nu va mai fi receptacolul pasiv, hrănit cu cunoștințe standard și cazuri pe de-a întregul digerate prin bunăvoința îndrumătorilor său. El nu este “învățat” numai prin strădaniile și autoritatea profesorului ci se formează, accentul punându-se pe experiența trăită sub diferite forme. Experiența subiectivă aduce cu sine relativizarea cunoștințelor și analiza critică asupra evenimentelor și persoanelor. Este stimulată originalitatea și autorealizarea profesională.

“Studentul – arăta C. Oancea – <se construiește> prin voința și bunăvoința proprie, în mod activ și participativ, prin reflectare și căutarea febrilă a sensurilor profesiunii, prin efectuarea cu scrupulozitate a temelor

dar și înțelegerea lor, prin trăirea exercițiilor. Aceasta presupune acțiune și participare la viața grupului, împărtășirea trăirilor, reacțiilor și proceselor ideative rezultate. Activitatea se traduce prin punerea de întrebări, ridicarea de probleme, participarea la munca structurată, la jocul cu roluri, la examinarea de clienți, expunerea și comentarea de materiale semnificative, cum ar fi înregistrările audio sau video, textele scrise, desenele, etc., într-un cuvânt, prin multă străduință proprie”.

A te exprima devine esențial, aproape un privilegiu, care trebuie câștigat prin depășirea inhibițiilor și a reticențelor. În acest context, grupul de învățare a sfătuirii capătă rolul central în formare. El devine locul de reflecție, arena unde există întotdeauna timp pentru discuțiile și disputele prin care viitorii profesioniști vor deveni din ce în ce mai asertivi, mai capabili să examineze teoretic materialele prezentate.

Înregistrarea ideilor prezentate rezultate din analiza cazurilor și din luările de cuvânt, crearea de ipoteze de lucru reprezintă exerciții specifice procesului de prelucrare care are nevoie de “aurul brut” al factologiei. Totodată, se dezvoltă obiceiul consemnării, specific meseriei, ca și respectul față de aserțiunile altora.

Viața în grupul de învățare experiențială constituie o etapă de tranziție în care este acoperită distanța dintre poziția de student și cea de viitor profesionist, de îndrumător de destine și de lider de grup.

3. Autoconștientizarea

Importanța reflecției în timpul experienței personale este crucială, însă nu orice reflecție. Pentru a învăța trebuie să pornim de la noi înșine, să învățăm să ne amintim de noi înșine, să conștientizăm poziția noastră (*self-awareness*, expresia aparținându-I lui C. Rogers) în întâlnirea Eu-Tu,

să apreciem participarea noastră, să definim corect contribuția noastră la desfășurarea comunicării. Termenul de “corect” marchează conștientizarea și reducerea riscurilor subiectivității exagerate a consilierului/ psihoterapeutului, declanșată de bine-cunoscutele mecanisme psihologice ale ființei umane în timpul unei întâlniri.

De exemplu, într-o ceartă conjugală intră în acțiune un mecanism de orbire parțială, prin care sunt luate în seamă numai vorbele și faptele celuilalt, ignorându-se propriile vorbe, purtări, atitudini. De aceea, orice relatare obișnuită a unui participant la un incident prezintă numai partea sa de adevăr, ignorând porția sa nefericită de contribuție rămasă neconștientizată. Aproape jumătate din viața fiecăruia este caracterizată de gesturi automate, semiconștiente, care trec greu sau deloc de filtrul conștiinței. Totuși, numeroase aspecte din interiorul sau din afara noastră sunt supuse filtrului cenzurii.

De aceea, una din condițiile învățării consilierii/psihoterapiei este dezvoltarea conștiinței de sine prin autoobservare, prin exerciții de conștientizare a senzațiilor, a gândurilor trecătoare, “de fundal”, ce sunt generate, însoțesc și parazitează adesea comunicarea cu clientul, creând obstacole neprevăzute. Aceasta presupune exerciții adecvate, menite să lărgască acuitatea și să lărgască aria autoprecepției, esențială pentru definirea reacțiilor de contratransfer negativ și a idiosincraziilor, adică a persoanelor sau a comportamentelor care sunt apriori antipatice.

4. Condițiile învățării experiențiale

În vederea creării unei atmosfere de grup, esențială este poziția liderului. Aceasta poate fi permisivă, facilitatorie, de stimulare a gândirii celorlalți, sau din contră, directivă, autoritară, exprimată în atitudini

foarte exacte, rigide. Regimul de învățare restrictiv, dominat de reproducere, a descurajat interpretarea bazată pe opinii sau teorii persoanele, considerate de multe ori drept erezii față de dogma școlii respective. El reflectă preocuparea deosebită pentru coeziune și puritate ideologică, reîntâlnită și în curentele politice.

Învățarea experiențială impune și cadrelor didactice restructurări substanțiale, menite să elimine aroganța poziției de lider. La începutul carierei de facilitator poate apărea o anumită sfâșiere, o nehotărâre între a lăsa ca discuțiile să curgă lin, cu observații, considerații, dispute și concluzii aparent fără direcție și un drum bine structurat, ferm și relativ bine condus, în care punctul pe care îl este pus întotdeauna de lider. Riscul pierderii direcției în cazul discuțiilor libere este mic, deoarece în practică se ajunge în mod invariabil la substanța problemei și la concluzii foarte apropiate, indiferent de stilul de abordare ale elevilor și facilitatorilor.

Fără a nega importanța alinierii teoretice, este extrem de important ca studentul să supună unui adevărat proces de cenzură explicațiile sau modelele aduse în discuție. Experiența ultimilor 30 de ani a demonstrat posibilitatea încadrării aceluiași material factual din variate perspective și a definirii de terapii alterantive, cu eficacitate comparabilă.

5. Înțelegerea psihoterapeutică

În învățarea psihoterapiei, etapa inițială este reprezentată de înțelegerea clientului, urmată de însușirea tehnicilor de intervenție și, în final, de cea a abordării punctuale a fiecărei afecțiuni sau domeniu.

În vederea încadrării în canoanele înțelegerii de tip psihoterapeutic, remodelarea stilului laic de gândire presupune un importat număr de exerciții și confruntări într-o atmosferă de securitate, înțelegere

reciprocă și răbdare. Ea corespunde cu dezvoltarea unei noi perspective în înțelegerea omului. Ori, în acest spațiu intervin mai multe variabile decât ar părea la prima vedere: experiența proprie, prejudecățile, un trecut întreg de interpretări ale realității, modelele din cărți, filme, etc.

“Pe măsura desfășurării procesului de formare – arăta C. Oancea – studentul se va apropia tot mai mult de viziunea psihoterapeutică ce se realizează din cultura psihologică a fiecăruia, alegând unul din curentele științifice: “personologice” (B. Cattell), “caracteriologice”(clasicii Plutarh, Rochefoucauld, A. Adler etc.), “developmentale” al psihologiei dinamice (S. Freud, C.Jung, E. Fromm, K. Horney), interpersonale (M. Argyle) și psihogeniste (E. Kretschmer, H. Seyle, R. Lazarus-S. Folkman), cognitiv-behavioriste, filosofia existenței, a lui “a fi-în-lume”, proprie existențialismului modern și bunul simț (înțelepciunea comună)”.

Față de profanul care se lovește și se oprește la aparențe sau la simptome, persoana de ajutor, adoptând modelul de gândire psihoterapeutic, construit pe îndelete, va învăța să acceadă treptat către stratul suferinței, al neîmplinirii, al regretului și indignării, al eșecului și depresiei manifestate de subiecți. Se vor învăța și micile semne care corespund undeva în fundal, imaginii unor ființe complicate, cu straturi și ascunzișuri. Nucleul slăbiciunii fiecăruia este ținut, de obicei, departe de ochii altora, iar aspectele de suprafață constituie de multe ori ținte false.

Această concepție se reflectă în împărțirea etapelor de formare în psihoterapie, propusă recent de Uniunea Europeană de Psihoterapie (1996) adoptată și de Asociația Română de Psihoterapie (1997) după cum urmează:

- o etapă introductivă de **pregătire teoretică** (prelegeri, seminarii) de minimum 320-350 de ore,

- cel puțin câteva ședințe de **autoanaliză** cu un profesionist și
- **practica psihoterapeutică** supervizată, de circa 1500 ore, reprezentând majoritatea timpului în care se învață lucrând.

3.Autoanaliza profesională

Încă de la începuturile psihoterapiei profesionale, reprezentată de psihanaliză, s-a ajuns la concluzia că este necesară o autoanaliză didactică a fiecărei persoane care dorește să practice această meserie. Astfel au început S. Freud și elevii săi apropiați (A. Adler, C. Jung, S. Ferenczi, M. Balint), autoanaliza didactică intrând treptat în cutumele formării ca psihanalist. Ea este menită să obișnuiască viitorul specialist cu particularitățile situației de analizat. Trăirile din timpul analizei didactice devin o sursă de învățăminte, iar autocunoașterea cu ajutorul colegului reprezintă o etapă în drumul către statutul de psihoterapeut. Ea oferă șansa de a trăi pe “propria piele” situația deosebită în care o persoană este plasată ca și client, și anume, de a simți presiunea tăcerilor, obligația de a te dezvălui, de a aduce la lumină lucruri relevante, de a vorbi despre orice gând sau asociație de idei care apar în minte, oricât de jenante ar fi ele, de a fi în situația psihoterapică ce lipsește persoana de cenzura protectoare a tăcerii. A aduce în discuție gândurile proprii, ascunse, poate reprezenta un moment jenant sau de temut. Celebrul scriitor Somerset Maugham remarcă în autobiografie că, dacă ar dezvălui gândurile sale cele mai ascunse, ar putea să apară ca un monstru mai mic sau mai mare, deși în viața de toate zilele este o persoană cât se poate de onorabilă.

Transpunerea în poziția persoanei suferinde, nefericite, aflate în nevoie reprezintă o operațiune dificilă, care nu reușește întotdeauna, mai ales în cazul persoanelor tinere, sănătoase, susținute de o situație materială bună și de o existență fericită. .

Exercițiile de stimulare au arătat că, pornind și de la un material imaginativ, se poate dezvălui o teamă în fața dezvoltării, o rezistență față de procedurile terapeutice , mai ales în raport cu poziția culcată (“pe divan”), frica de dependență față de prezentarea intimităților. Scopul autoanalizei este de a defini structura apărării viitorului terapeut și eliberarea sa de eventualele complexe nevrotice ce se constituie în obstacole inconștiente față de procesul de sfătuire. Discuțiile didactice în grup pe marginea exercițiilor de autoobservație, de autodescriere la persoana a III-a (ca “el este...”) permit înțelegerea dificultăților de transpunere în rolul de client, ca și a multiplelor reacții ce pot submina(sabota) intenția părților, precum și intuitura cerințelor impuse terapeutului în vederea netezirii drumului viitoarelor întâlniri psihoterapice.

“Nu este suficient – arăta C.Oancea – să dorești să devii consilier/ psihoterapeut în mod abstract, pe planul gândirii. Pentru a te transforma într-un profesionist, este nevoie de schimbări într-un spațiu mult mai cuprinzător”.

4. Supervizarea

Se pornește de la constatarea că structurarea ca profesionist în psihoterapie/ consiliere este dificilă și lasă un spațiu foarte mare pentru aleatoriu, cu ale cuvinte pentru conduita la întâmplare, inefficientă sau cu risc. Aceasta a impus, ca parte a procesului de învățământ,

instituționalizarea monitorizării eforturilor proprii, prin îndrumarea personalizată din partea unui profesionist care trebuie să confirme sau să corecteze stilul adoptat la început, în perioada de nesiguranță și căutări.

Încă din primele etape ale edificării psihoterapiei moderne, s-a ajuns la concluzia că ea poate fi învățată printr-un sistem de ucenicie la locul de muncă, în cadrul căreia mișcările studentului sunt strict supravegheate de specialist.

Cuprinderea intelectuală este doar un aspect limitat. De aceea, numai cineva din afară, un coleg sau un supervizor, poate stabili gradul de “acordare” atitudinală și emoțională a activității de acest fel. Lucrul cu clientul sub o observare din afară apare ca o cerință firească a însușirii abilităților dar și a “spiritului” profesiei. Observarea din afară se poate îndeplini astăzi mai ușor cu ajutorul înregistrărilor moderne audio sau video, care oferă și șansa de a se putea relua analiza ori de câte ori este nevoie.

Supervizarea presupune examinarea, împreună cu un specialist, a materialului produs în timpul ședințelor cu pacienții personali, a trăirilor și atitudinilor personale generate de poziția de terapeut/consilier. Învățămintele rezultate din evaluările comune sunt menite a ușura mersul înainte al procesului terapeutic, și, adesea, a întări curajul elevului, amplificându-i încrederea în sine. Se va evalua strategia terapeutică și modul de punere în aplicare a ei, ca și dificultățile întâmpinate.

Discuțiile prilejuite de supervizarea cazului permit corectarea eventualelor erori în înțelegere, interpretare și în orientarea conceptuală.

5. Sprijinul profesional

După începerea activității în calitate de consilier/psihoterapeut, este oportună menținerea sprijinului profesional și uman, fie din partea fostului supervisor, fie cu ajutorul altor colegi, deoarece și psihoterapeutul este supus unor vicisitudini inerente activității.

Se consideră că oricare psihoterapeut se poate resimți negativ datorită efectelor de uzură rezultate din încărcarea cu informații negative, din preocupările excesiv profesionale (P. Burnard). Acestea pot declanșa împreună o stare de epuizare, care se exprimă prin dezinteres și tulburări de concentrare a atenției și de memorie, stare denumită în literatura anglo-saxonă “*burn-out*”, și care este asemănătoare cu cele din neurastenia clasică. Alături de repaos și schimbarea temporară a activităților, aceste stări răspund foarte bine la suportul oferit de colegi, prin împărtășirea grijilor, a frământărilor legate de exercitarea acestei complicate profesiuni.

Pentru prevenirea efectelor de uzură, este bine ca fiecare profesionist să aibă de principiu un coleg confident, căruia să-i poată împărtăși și deșerta periodic acest reziduu al combustiei psihoterapice. Unii autori vorbesc de rezervarea a până la o treime din timpul de lucru pentru împărtășirea experiențelor cu colegii de breaslă, ceea ce explică și frecvența ridicată a pauzelor din timpul activităților, care se practică în unele țări, ca de exemplu, Marea Britanie.

IV. CERINȚE ȘI CONDIȚII ALE UNEI CONSILIERI/ PSIHOTERAPII EFICIENTE

O consiliere eficientă trebuie să aibă la bază o relație bine structurată dar permisivă, care trebuie să-l ajute pe client a se înțelege pe sine însuși în asemenea măsură încât să fie capabilă face pași pe linia unei noi orientări.
Carl Rogers

A. Introducere

Am văzut anterior cât de necesre sunt deopotrivă cunoașterea și experiența în activitatea de consiliere/psihoterapie. O aserțiune anonimă spune în felul următor: “a privi e una; a vedea ceea ce privești, e alta; a înțelege ceea ce vezi e cu totul altceva. A învăța din ceea ce înțelegi, este de o mie de ori mai valoros. Însă tot ceea ce contează până la urmă este să acționezi pe baza a ceea ce ai învățat”. Păstrând în minte aceste adevăruri să urmărim în continuare câteva sugestii și îndemnuri adresate de antecesorii (unii chiar deschizători de drumuri și perspective noi) valabile dincolo de timp și spațiu, dincolo de vreo doctrină/ orientare în psihologie, tocmai datorită specificului acestora de universalitate, derivat din raportarea directă la Ființa umană și la manifestarea sa specifică. (Sublinierile ne aparțin)

Astfel Alfred Adler observa că “cel consiliat se prezintă ca personalitate ce este, fără ca el să o știe. Consultația este pentru un client o problemă socială. Orice întâlnire a unui om cu altul este o astfel de problemă. De aceea *fiecare se va prezenta în lumina legii sale de mișcare*. Expertul, adesea de la prima privire, poate spune ceva despre sentimentul de comuniune socială al celui alt. Sentimentul de comuniune socială înseamnă înainte de toate o aspirație către o formă de colectivitate pe care trebuie să o gândim ca eternă, așa cum ar putea fi

gândită dacă umanitatea ar fi atins țelul perfecțiunii. Nu este vorba nicidecum de o colectivitate sau societate din prezent, nici de instituții politice sau religioase, ci de țelul cel mai potrivit al perfecțiunii, care trebuie să fie un țel al colectivității ideale a întregii umanități, ultima expresie a evoluției.

Privirea, alura sau modul ferm sau molâu de a se prezenta pot da de gol multe trăsături. Dacă ne facem o regulă din a-i repartiza clientului un loc deteminat, un divan, de pildă, stabilindu-i un orar strict, o mulțime de lucruri ne vor scăpa. Chiar prima întâlnire trebuie să fie un examen de o extraordianră spontaneitate și simplitate. Până și felul de a strânge mâna ne poate atrage atenția asupra unei anumite probleme.

Văd – continuă Adler – un avantaj în a nu întrerupe mișcările unui client. El se poate ridica, poate umbla, poate fuma, cum îi este voia. Le-am dat uneori clienților mei chiar posibilitatea de a dormi în prezența mea, când ei mi-au propus lucrul acesta cu scopul de a-mi îngreuna sarcina, atitudine care pentru mine era tot atât de clară ca un limbaj, fiind ca și când s-ar fi exprimat prin cuvinte dușmănoase. Privirea piezișă a pacientului divulgă clar slaba sa înclinație pentru o strânsă colaborare. Bătător la ochi este și pacienul tăcut sau cel care vorbește puțin, cel care nu știe cum să înceapă vorba sau care, dimpotrivă, trăncănește de așa manieră încât consilierul nu are cum spune ceea ce are de spus. Spre deosebire de psihoterapeuții obișniți, *practicatul psihologiei individuale (și în mod direct practicantul Psihologiei Ființei, consilierul în Managementul calității Vieții și Condiției Umane, care au la bază Psihologia Individuală – n.n.) va evita să moșăie sau să ațipească, să caște, să arate lipsă de interes, să folosească cuvinte dure, să dea sfaturi pripite, să se erijeze în instanță supremă, să fie*

nepunctual, să se ia la cerată sau să declare, indiferent de pretext, că însănătoșirea este lipsită de perspectivă. În cazurile realmente dificile este recomandabil ca un consilier judicios să-și decline competența și să-l trimită pe pacient la alții care, poate, sunt mai competenți. Orice tentativă de a se comporta autoritar amplifică nereușita, după cum orice lăudăroșenie dăunează curei. De la bun început consilierul trebuie să stabilească limpede că responsabilitatea însănătoșirii revine solicitantului consultației, deoarece, așa cum pe drept cuvânt spune un proverb englezesc: <Calul îl poți duce la apă, dar nu-l poți sili să bea>.

Trebuie să avem grijă cu strictete de a nu privi tratamentul și însănătoșirea ca pe un succes al consilierului, ci ca pe un succes al celui consiliat. Consilierul poate doar să arate greșelile, clientul este acela care trebuie să dea viață adevărului.”

“Aș dori să precizez aici încă o dată – subliniază autorul: psihologia individuală (și păstrăm remarcă făcută anterior) nu pretinde nici o reprimare a dorințelor, fie ele îndreptățite sau neîndreptățite. Ea profesează însă ideea că dorințele neîndreptățite trebuie recunoscute ca fiind contrare sentimentului de comuniune socială și că ele pot fi făcute să dispară nu prin reprimare, ci printr-un plus de interes social”.

Beneficiarul consultațiilor de psihologie trebuie să aibă în toate împrejurările convingerea că el este absolut liber în raport cu tratamentul. Îl poate urma sau nu, așa după cum crede el de cuviință. Numai că trebuie să ne ferim de a-l face pe client să creadă că este suficient să înceapă tratamentul pentru a scăpa de simptome.

Consilierul va trebui să se angajeze față de client că nu va vorbi nimănui despre schimburile de idei avute împreună și va trebui să-și

respecte angajamentul. Dimpotrivă, clientul va fi liber să vorbească despre toate, după cum va crede el de cuviință.

Mi se pare important **să nu lăsăm să încolțească la consilier ideea că el trebuie să se servească de opera psihologiei spre a deveni celebru sau a se îmbogăți.** Zelul în racolarea de pacienți aduce numai prejudicii. La fel exprimările pline de dispreț sau de-a dreptul pline de ură la adresa altor consilieri.

Chiar dacă după prima convorbire se face simțită la client îndoiala cu privire la faptul că el trebuie să mai vină la tratament, trebuie să-l lăsăm să decidă singur în zilele următoare. Nu este ușor de răspuns la întrebarea obișnuită cu privire la durata tratamentului. O găsesc îndreptățită, dat fiind faptul că mulți dintre vizitatori au auzit de tratamente care au durat până la opt ani și care s-au dovedit inutile. Un tratament bazat pe psihologia individuală ar trebui să demonstreze cel puțin succese parțiale vizibile în trei luni, de cele mai multe ori și mai devreme. Dat fiind faptul că succesul depinde de colaborarea clientului, se procedează corect când se spune, spre a deschide încă de la început o poartă sentimentului de comuniune socială, că durata tratamentului depinde de colaborarea clientului și că, în fapt, consilierul, dacă este cu adevărat inițiat în psihologia individuală (și mai mult chiar, în Psihologia Ființei, n.n.), este gata orientat după o jumătate de oră de consultare, dar că el trebuie să aștepte până când clientul și-a înțeles stilul de viață și greșelile. Oricum, se poate adăuga: *“Dacă într-o săptămână sau două nu sunteți convins că vă aflați pe calea cea bună, atunci renunț să vă mai tratez.”*

Inevitabila problemă a **onorariului** creează dificultăți. Am cunoscut destui pacienți ale căror averi considerabile s-au topit în cure anterioare.

Ne vom orienta după onorariile uzuale prin partea locului, punând la socoteală și timpul consumat, dar, în interesul sentimentului de comuniune socială cerut, trebuie să reneunțăm la pretenții nefiresc de mari, îndeosebi când acestea pot să le dăuneze clienților. **Tratamentul gratuit trebuie aplicat cu acea prudență care să nu le inspire pacienților săraci o lipsă de interes pentru ei.** O sumă globală, chiar dacă pare avantajoasă, ca și promisiunea de a plăti după însănătoșire, sunt de refuzat, nu pentru că aceasta din urmă pare improbabilă, ci pentru că prin aceasta un nou considrent este adus în mod artificial în relația consilier-client, îngreunând reușita. Plata trebuie să se facă săptămal sau lunar, întotdeauna la sfârșitul săptămânii sau lunii. Reclamațiile de orice fel sau așteptările dăunează curei. Chiar și micile servicii amicale pe care nu rareori le propune clientul însuși, trebuie refuzate, iar cadourile trebuie refuzate cu tact sau acceptarea lor trebuie amânată până la vindecarea deplină. În timpul tratamentului nu trebuie să aibă loc invitații reciproce sau vizite făcute împreună. Tratamentul rudelor sau al cunoscuților creează dificultăți, deoarece stă în natura lucrurilor ca eventualul sentiment de inferioritate să devină mai apăsător în prezența unor persoane cunoscute. Chiar consilierul simte aversiune în fața sentimentului de inferioritate al clientului și trebuie să facă tot ce îi stă în putință spre a ușura situația acestuia. Cine are șansa, ca în psihologia individuală, să diagnosticheze doar greșeli și niciodată defecte ereditare, să arate că **întotdeauna există posibilități de vindecare și de situare a pacientului pe aceeași scară de valori cu oricare altul**, insistând mereu asupra nivelului scăzut al sentimentului de comuniune socială, acela va înțelege de ce psihologia individuală nu

întâmpină niciodată marea rezistență pe care o întâmpină alte orientări din domeniul psihoterapiei.

*Am considerat întotdeauna că este un imens avantaj menținerea tensiunii în cursul tratamentului la un nivel cât mai scăzut posibil și mi-am făcut o advărată metodă din a-i spune mai fiecărui pacient că există situații amuzante care seamănă întru totul cu propria lor nevroză și că, prin urmare, își poate lua nevroza mai puțin în serios decât o face. Criticilor mai puțin spirituali trebuie să le iau vorba din gură, adăugând că asemenea glume nu trebuie să ducă, firește, la reînvierea sentimentului de inferioritate. **Referiri la fabule, la personalități istorice, la citate din poeți și filosofi contribuie la creșterea încrederii în psihologie, în concepțiile sale.***

La fiecare convorbire se impune să ne dăm seama dacă pacientul se găsește pe calea colaborării. Orice expresie mimică, orice cuvânt, orice mărturisire sau reținere depun mărturie în acest sens. Interpretarea temenică a viselor ne dă de asemenea ocazia să calculăm succesul, insuccesul și gradul de colaborare. Este însă necesară o prudență deosebită în incitarea pacientului la o prestație oarecare. Dacă vine cumva vorba despre aceasta, poziția noastră trebuie să fie neutră, evident în afară de cazul în care este vorba de o întreprindere primejdioasă; încolo, ne putem arăta convinși de reușită, fără a putea totuși judeca cu toată exactitatea dacă pacientul este deja realmente pregătit pentru aceasta.

În ceea ce privește problema profesiei, trebuie să procedăm mai energic. Nu în sensul de a cere acceptarea unei anumite profesii, ci arătând că, de fapt, clientul este cel mai bine pregătit pentru cutare sau cutare meserie și că acolo va putea să realizeze ceva. Ca în general **la**

fiecare pas în tratament, trebuie să menținem direcția încurajării în sensul convingerii psihologiei individuale, conform căreia atât de multe vanități neîntemeiate se simt călcate pe coadă, că (exceptând performanțele uimitoare, asupra structurii cărora nu putem spune prea multe,) “orice om poate totul”.

B. Factorii specifici relației client-consilier/psihoterapeut

“Poate că problema cea mai importantă care se ridică în cazul psihoterapiei – constată în continuare Irina Holdevici – constă în aceea că mulți terapeuți încearcă să o încadreze într-un sistem teoretic coerent, terapia fiind apreciată în funcție de limbajul conceptual utilizat sau de școala terapeutică în cadrul căreia a apărut (psihoterapie cognitiv-comportamentală, psihoterapie ericksoniană, terapie scurtă, terapie de familie, logoterapie, etc.). În felul acesta, terapeutul și clientul devin sclavii unui model în loc să utilizeze respectivul model pentru a servi intereselor clientului.

În acest sens, Stephen Lankton a introdus noțiunea de “**terapie eficientă**”, apreciind valoarea acesteia în funcție de trei criterii:

- relația client-terapeut/consilier;
- practica terapeutică;
- experiența persoanei a autorului în calitate de client și terapeut.

Astfel după Lankton **factorii specifici relației client-psihoterapeut**, care contribuie la succesul psihoterapiei sunt următorii:

a) Înțelegerea și întâlnirea clientului pe terenul său

Autorul insistă asupra faptului că **abordarea terapeutică trebuie să fie unică pentru fiecare client în parte**, așa cum sublinia în lucrările sale și Milton Erikson. Pentru a ilustra modul în care terapeutul îl întâlnește pe client pe terenul său, Lankton redă următorul dialog terapeutic, realizat în cadrul primului contact cu un pacient toxicoman (a se vedea și Irina Holdevici).

Clientul intră în cabinetul de psihoterapie și din modul în care se prezintă acesta, rezultă faptul că el are o atitudine negativă față de psihoterapie.

Terapeutul: Bună ziua! Cu ce vă pot fi de folos?

Clientul: O, cu nimic. Nu ar fi trebuit să vin aici.

T.: Dar de ce? Aici este un loc plăcut, unde lumea se simte bine.

C.: Poate, dar am impresia că pereții se strâng și camera devine tot mai mică.

T.: Nu m-am gândit la asta. Mă simt relaxat. Nu ți se pare că este relaxant aici?

C.: Nu pot suporta să stau aici, trebuie neapărat să ies afară.

T.: Hai să vedem ce este! (terapeutul se apropie de client) Da, da, acum înțeleg ce se întâmplă. Într-adevăr, pereții parcă se mișcă. Se mișcă de parcă ar fi niște valuri, valurile mării. Ți place marea, nu-i așa?

C.: Da, îmi place.

T.: Mi se pare că umbrele de pe pereți îi fac să pară ca valurile mării, care se lovesc de țarm. Îmi place să stau la soare și să privesc valurile. Ție nu-ți place?

C.: Da, îmi place chiar foarte mult.

T.: Și căldura încăperii se aseamănă cu soarele care te face să te relaxezi tot mai mult, să privești valurile și să visezi vise frumoase...Știi ce vreau să spun, nu-i așa?

C.: Da, știu. Îmi aduc aminte... (expirație prelungită urmată de pauză) și îmi pare bine că am venit aici.

T.: Și mie îmi pare bine. Îmi face plăcere să stau de vorbă cu tine. Cum te numești?

Conversația care a urmat a avut a temă utilizarea drogurilor de către client. Acest tip de dialog este specific psihoterpiei ericksoniene și constă în aceea că terapeutul “pune un picior pe terenul clientului în timp ce piciorul celălalt rămâne pe terenul propriu.”

După ce a fost captată bunăvoința clientului, acesta este ghidat și motivat să găsească o alternativă la problema sa, alternativă care să-i permită să-și actualizeze resursele latente de a face față stresului vieții cotidiene. Exemplul prezentat mai sus ilustrează modul în care autorul (Stephen Lankton) abordează un subiect cu tulburări de percepție în interrelație cu mediul înconjurător, atitudinea terapeutului implicând empatizare, angajare emoțională, motivare și ghidare.

b) Încredere în sine și în ceilalți

Pentru a fi eficient, terapeutul/consilierul trebuie să accepte realitatea pe care o prezintă clientul chiar dacă aceasta nu corespunde convingerilor sale, el mimând faptul că este convins de “realitățile” clientului: ca de pildă, de faptul că pereții se mișcă.

Această empatizare are însă și aspecte negative, în sensul că terapeutul/consilierul nu va putea empatiza cu violența, ura și actele antisociale ale unora dintre clienți.

În astfel de cazuri, dacă nu se poate evita psihoterapia, este necesar ca terapeutul să se protejeze și să-și privească pacientul printr-un “telescop” și nu prin “microscop”.

Odată stabilită relația de bază, consilierul va ghida clientul spre o lume construită, ținându-se seama de experiențele anterioare ale clienților și care implică formarea unor noi atitudini, stări emoționale, comportamente și a unor noi moduri de autopercepere și autoevaluare a propriei persoane.

c) Simpatizarea clienților

În cazul în care consilierul/terapeutul nu-și simpatizează clientul, el nu poate intra în relație empatică cu acesta și nu poate simți ce simte el.

Stephen Lankton este de părere că dacă nu ne place și nu avem încredere în client, este mai bine să-l recomandăm altui terapeut, iar dacă acest lucru se întâmplă prea frecvent, terapeutul însuși are nevoie de psihoterapie.

d) Construirea realității terapeutice

Atunci când clienții se percep și se concep pe ei înșiși într-un mod care îi limitează, terapeutul va trebui să schimbe cu fermitate această atitudine și să-i conducă la soluții terapeutice care nu implică limitări și pe care ei le descoperă singuri.

“Astfel – arată Irina Holdevici – de pildă, dacă terapeutul decide că o persoană trebuie să ia medicamente antidepresive, această constatare se transformă într-o etichetă cu caracter limitativ și devine o realitate. În același mod, dacă acesta decide că pacientul a făcut cea mai bună alegere pentru a face față existenței, și această decizie va tinde să se transforme în realitate.

Astfel, terapeutul va crea împreună cu clientul lumea alegerilor și a limitărilor clientului”.

e) Corectarea obiectivelor imaginare și a metodelor inefficiente de atingere a acestora

Adesea, simptomele clienților rezultă din anumite obiective imaginare puse în practică prin intermediul unor metode inefficiente. Astfel, de pildă, un bărbat poate încerca să-și salveze imaginea și respectul de sine comportându-se ca o persoană geloasă, în speranța că soția va plânge, se va scuza și-i va mărturisii dragostea. Soția, la rândul ei, poate spera că soțul va conștientiza latura tandră și slabă a persoanelității sale și îi va solicita sprijinul, astfel încât ea se va simți utilă. Rezultatele vor fi dezastruoase pentru că ambii utilizează metode greșite de atingere a unor obiective cu caracter imaginar. Bărbatul nu trebuie să-și construiască respectul de sine pe baza aprecierilor exterioare pe care le realizează soția, iar aceasta ar trebui să se simtă utilă datorită propriilor sale calități și acțiuni și nu pentru că soțul are nevoie de ea. Fiecare din cei doi parteneri dorește ceva de la celălalt pentru a completa ceea ce lipsește din modul în care își percep propria persoană. Ceea ce ar trebui să facă ei ar fi să modifice această realitate interioară, astfel încât partea care lipsește să nu mai trebuiască să vină

din exterior. Desigur că ar fi bine și ca ei să-și acorde mai multă atenție unul celuilalt dacă doresc ca relația lor interpersonală să fie mai bună (conf. I. Holdevici).

Terapeutul trebuie să-l ajute pe client să-și stabilească obiectivele și să utilizeze metode adecvate pentru a le atinge .

Lankton descrie cazul unei fete aflate la pubertate care pretindea că are întâlniri cu un cunoscut cântăreț de muzică rock prin metode telepatice, cu ajutorul altei fete din vecini care se îmbracă băiețește și vorbea cu accentul artistului respectiv.

Majoritatea psihiatrilor ar fi considerat fete schizofrenică și i-ar fi prescris tratament medicamentos.

Terapeutul/consilierul a fost de părere că fata este absolut normală și face exact ceea ce trebuie să facă un copil la vârsta pubertății și anume “învăță” să aibă întâlniri cu persoane de sex opus. Aceste încercări reprezentau acte de curaj din partea ei, mai ales datorită faptului ca tatăl era pensionat medical, nu aducea decât foarte puțini bani acasă, nu întreținea relații sexuale cu mama fetei de 12 ani, era rece, ostil, și chiar agresiv cu familia.

În ciuda acestui comortament al tatălui, cele două fete (clienta avea și o soră mai mică) se comportau firesc, numai că ele nu utilizau mijloacele adecvate pentru a ajunge să aibă întâlniri cu băieții. Obiectivul clientei în cauză avea un caracter imaginar (întâlnirea cu un artist), obiectivul putând fi adecvat dacă ar fi fost un tânăr de vârsta ei.

Abordând în acest fel problema, terapeutul a deplasat-o din cadrul patologicului în sfera normalității.

Acesta a lucrat la început cu părinții, mai ales cu tatăl, redându-i acestuia încrederea în sine și dirijându-l în așa fel încât să acorde mai

multă atenție fiicei sale. Efectul asupra acesteia a fost evident, fetea începând foarte curând să primească telefoane de la colegi de școală.

f)Utilizarea ședinței de psihoterapie pentru a motiva clienții în direcția schimbării

Acțiunile întreprinse de consilier/psihoterapeut în cursul ședințelor de psihoterapie au și menirea de a-l face pe client să se raporteze altfel la realitatea înconjurătoare.

Adesea, discuțiile și comunicările cu caracter metaforic le reamintesc clienților despre experiențele lor trecute. Cu toate acestea, S. Lankton nu insistă pe experiențele trecute și pe relațiile pe care le-au avut aceștia cu părinții în copilărie decât în măsura în care aceste experiențe pot motiva clientul să privească altfel realitatea prezentă. Astfel, de pildă, exprimarea ostilității față de tată în cursul transei hipnotice, îl poate face pe client să fie mai aservit cu partenerul de viață.

Utilizate eficient, amintirile legate de experiențe anterioare pot contribui la construirea motivației pentru acțiunile prezente. Terapeutul le solicită adesea clienților săi aflați în hipnoză sau relaxare să se relaționeze cu părintele “ca și cum” scena ar fi reală, pentru a scoate la iveală resurse cognitive, afective și comportamentale care să fie puse în acțiune în situațiile prezente.

g)Ajutarea clienților să-și mărească repertoriul de abilități pentru rezolvarea problemelor

Atunci când clienții se ameliorează, interacțiunile familiei au tendința de a se centra pe altceva decât spre simptomul care a dispărut și este dificil de presupus ce anume va apărea în cadrul acestor interacțiuni pentru a se restabili echilibrul în cadrul sistemului familial. Membrii familiei se vor relaționa astfel unii cu ceilalți și se va pune problema unor noi opțiuni comportamentale din cadrul procesului de rezolvare de probleme.

Strategiile de rezolvare a problemelor din cadrul familiilor, pot fi, de pildă, solicitarea ajutorului, punerea în acțiune a unei atitudini protectoare, discuțiile în contradictoriu.

Atunci când clienții se modifică, ei vor interacționa la alt nivel unii cu alții și atunci simptome cum ar fi anxietatea, teama, depresia, insomnia, tulburările sexuale, singurătatea, dependența de droguri sau violența, vor ocupa un loc mai puțin important în cadrul existenței lor. Problemele patologice care nu reprezintă altceva decât încercări inefficiente de atingere a unor scopuri greșit concepute, vor avea tendința să dispară, iar consilierul va trebui să-l ajute pe client să-și rezolve pe alte căi problemele curente.

h) Ajutorarea clienților să mențină achizițiile obținute în urma terapiei

În cadrul modelului său, Stephen Lankton pune un accent deosebit pe menținerea achizițiilor terapeutice și aceasta se poate realiza prin intermediul unor întăriri de natură internă și externă, pentru că atunci când persoanele se motivează pentru un anumit comportament care este

întărit și de societate, respectivul comportament va avea tendința de a se stabili.

Întărirea comportamentelor adaptative nou achiziționate trebuie realizată în funcție de patru niveluri aflate în interacțiune reciprocă. Astfel, terapeutul trebuie să aibă în vedere:

1. *Trebuința de evoluție psihică și biologică*

2. *Excepțiile clientului și auto-monitorizarea, autoadministrarea de întăriri pozitive și negative; lucrul asupra imaginii de sine.*

3. *Sancțiunile sociale* (din partea familiei și persoanelor de aceeași vârstă).

4. *Cerințele sociale cu caracter mai larg* (vecini, norme socio-culturale).

În măsura în care se realizează o concordanță între trebuințele și sancțiunile specifice diferitelor niveluri, se poate obține și menține starea de sănătate fizică și psihică.

O psihoterapie eficientă va trebui să ajute clienții să achiziționeze sau să utilizeze abilități din sfera perceptivă, afectivă și comportamentală, care să corespundă trebuințelor de evoluție și autorealizare, precum și de solicitările ecosistemului.

Terapia trebuie astfel concepută încât să contribuie la producerea unor schimbări specifice și evidente la toate nivelurile menționate, mai precis să genereze noi sentimente, să înlocuiască gândurile negative, disfuncționale, cu altele pozitive, să producă modificări la nivelul imaginii de sine, să consolideze noi roluri sociale și să reorganizeze structurile familiale. (s.n.)

C. Factori de eficientizare

În continuare Stephen Lankton identifică o serie de factori mențiți a duce la creșterea eficienței ședințelor de consultanță/ psihoterapie, factori pe care îi considerăm demni de reținut și luat în considerare atât de orice profesionist în domeniu, indiferent în ce stadiu al pregătirii sau vechimii s-ar afla acesta.

Până la urmă să ne reamintim o dată cu Traian Stănciulescu: “teoria este o practică superioară cu mult mai rodnică și mai sigură de rezultatele ce vrea să le dobândească. Această practică e pe deplin stăpână pe mijloacele și pe metodele de înlănțuire a mijloacelor și îi deschide fiecărui om posibilități de înfăptuire rodnice, fără a-l face să piardă vremea cu cercetarea mijloacelor și experimentarea lor, ducând direct la ținta dorită”. Astfel încât accentul cade încă o dată pe învățare, în formarea ca profesionist, mai presus de experiența directă; fiindcă învățarea ne pune în contact imediat cu experiența a miliarde de oameni, în mii de ani de civilizație, ajutându-ne să evităm greșelile făcute de aceștia și să ne sporim performanțele la un nivel superior, încadrându-ne astfel în curentul progresului, al devenirii. Iată de ce ne sunt de un real folos exemplele și învățătura antecesorilor.

S.Lankton observa, deci, următorii **factori de eficientizare**:

1. Identificarea problemelor

De cele mai multe ori, clienții își exprimă plângerile sau simptomele în termeni vagi, situație în care terapeutul trebuie să fie mai riguros în ghidarea acestora în direcția formulării clare a problemelor.

Astfel, de pildă, autorul citează următorul caz de psihoterapie în cuplu. Doi soți s-au prezentat la cabinet afirmând că problema lor era că aveau relații sexuale prea rare. Terapeutul și-a imaginat că aceștia aveau contacte sexuale la câteva săptămâni și le-a vorbit aproximativ o jumătate de oră, având în minte această supoziție. La un moment dat, terapeutul a simțit nevoia unei precizări și a întrebat ce înțeleg ei prin relații sexuale puțin frecvente, la care soțul a răspuns spontan “de trei ori pe zi”.

Din acel moment, terapeutul a început să fie mai atent cu modul în care clienții își înțeleg problema-simptom.

2. Stabilirea și înțelegerea semnificației unui act terapeutic

După ce a aflat în ce constă simptomul, terapeutul nu trebuie să tragă imediat concluzia că pacientul dorește să se modifice.

Problema cea mai frecvent întâlnită în cursul psihoterapiei constă în aceea că terapeuții nu pot preciza ce anume cred clienții că trebuie să realizeze în cursul psihoterapiei. Din acest motiv, psihoterapeuții nu știu în ce direcție să-și îndrepte energia, iar clienții se comportă relativ indiferent față de ceea ce se petrece în ședința de psihoterapie, nu se gândesc la terapie când sunt în afara cabinetului și nu-și îndeplinesc sarcinile pentru casă.

Stabilirea unui contract referitor la obiectivul general al terapiei precizează ce anume crede clientul că va obține dacă va atinge obiectivul respectiv.

Terapeutul nu trebuie să facă presupuneri, ci să obțină informații precise. Astfel, dacă o clientă afirmă că dorește să scape de mama ei, acesta trebuie să-i adreseze o întrebare de tipul următor : “ de ce dorește să

facă lucrul acesta?” , iar dacă pacienta răspunde că dorește să se elibereze de anxietate, de asemenea, terapeutul nu trebuie să presupună că este mai bine să scapi de anxietate, ci să aprofundeze problema, întrebând : “ ce ai dori să faci atunci când te vei simți mai puțin anxioasă?” sau : “ de ce crezi că ar fi mai bine să simți mai puțină anxietate?”.

S.Lankton este de părere că terapeutul trebuie să continue cu întrebările până când clientul înțelege exact ce anume dorește.

Această abordare este și mai utilă atunci când ne confruntăm cu probleme emoționale. Astfel, dacă pacienta plânge și spune că trebuie să se despartă de mama ei, terapeutul nu trebuie să creadă că știe în ce constă problema, ci să continue astfel :

“Tu pari supărată când spui că trebuie să te desparti de mama ta. Plângi dacă mai simți nevoia s-o faci, dar explică-mi ce înțelegi prin a te despărți și de ce vrei să faci așa ceva.”

3.Activarea clienților

Întrebarea “de ce vrei să faci acest lucru?” se referă la cauza pentru care situația respectivă reprezintă o problemă și contribuie la activarea tendințelor de căutare interioară ale clienților. Această energie psihică pusă în acțiune de subiecți trebuie speculată de terapeut care le poate cere, de pildă, să relizeze sarcini pentru acasă.

Autorul citat a constatat că orice acțiune, cât de neînsemnată, pe care o realizează clientul între ședințele de terapie și care reprezintă un mic pas în direcția schimbării, amplifică rezultatul procesării terapeutului în cadrul ședinței următoare.

Astfel, de pildă, unui pacient care se simțea nesigur de sine, terapeutul i-a dat o amuletă reprezentând o păpușă indiană și i-a indicat să o poarte asupra sa în cursul săptămânii următoare. La următoarea întâlnire terapeutică, pacientul a afirmat că a ajuns la concluzia că atâta timp cât dispune de mecanismul imaginației nu are de ce să se simtă rău.

Prin intermediul acestor sarcini terapeutice, care implică realizarea unor mici modificări în existența lor, clienții își modifică și atitudinile față de existență și față de propria persoană, contribuind la întărirea motivației care i-a adus la psihoterapie. Se ajunge astfel la depășirea pasivității care demobilizează, adesea, și terapeutul. Un client motivat devine activ, iar activismul său îl ajută pe terapeut să realizeze o terapie eficientă.

4.Provocarea clienților pentru a obține informații suplimentare

Stephan Lankton relatează faptul că adesea clienții pun probleme vagi, greu de definit. Astfel un tânăr afirma că ar vrea să fie mai puțin anxios la facultate, dar în cele din urmă a decis că nici nu vrea să urmeze o facultate, iar alt client spunea că ar dori să se simtă mai puțin tensionat la locul de muncă, în final rezultând că el nici nu dorea să rămână în acel serviciu.

În astfel de cazuri, terapeutul nu trebuie să se mulțumească doar cu solicitarea inițială, ci să provoace clientul a obține date suplimentare.

Astfel de pildă, terapeutul ar trebui să adreseze întrebări de tipul: “nu înțeleg de ce aceasta reprezintă o problemă?” sau “ nu te-ai gândit să nu faci acest lucru deloc?” (să rămâi la facultate, să te muți, să te căsătorești, etc.).

Desigur, aceasta nu înseamnă că terapeutul ar trebui să sugereze cu prea multă ușurință divorțuri sau schimbări de carieră. Dimpotrivă, în cazul în care clientul se arată prea entuziasmat de astfel de idei, terapeutul trebuie să devină și mai circumspect și să continue investigațiile.

5.Utilizarea sarcinilor terapeutice

Adesea, terapeuții plasează problemele clienților în sfera patologicului din dorința de a înțelege mai bine problemele lor și de a-i ajuta.

Această atitudine plasează terapeutul în situația iluzorie că știe care este cauza tulburării, acesta angajându-se într-un demers eronat, de convingere a clientului să se încadreze în tiparele stabilite, în mod artificial, de el.

În felul acesta, sunt activate rezistențele clienților, care țin ca statutul lor de ființă unică să fie respectat.

Pentru a se evita “etichetările”, terapeutul va trebui să culeagă informații în mod indirect, subtil și metaforic, fără a distruge relația terapeutică și responsivitatea clientului.

Terapeuții care sunt capabili să sesizeze mesajele non-verbale nu vor fi nevoiți să adreseze întrebări supărătoare de genul: “ cum te-ai simțit atunci când te-a părăsit soția?” sau “ ce te-ai hotărât să faci după ce ai căzut la examenul de admitere la facultate?” .

Desigur, terapeutul are nevoie de răspunsuri la întrebări de acest fel, dar este de dorit să le obțină în mod indirect, fără a-i face pe clienți să aibă impresia că sunt animale de experiență.

6.Stabilirea unor obiective specifice pentru psihoterapie

Stephan Lankton subliniază faptul că este necesar să se stabilească nu numai obiectivele generale, așa cum sunt ele exprimate în cadrul contractului terapeutic, ci și obiectivele precise pentru fiecare ședință de psihoterapie.

Astfel, dacă obiectivul final poate fi ajutarea părinților să se descurce cu un copil cu tulburări de comportament, obiective pentru fiecare ședință de psihoterapie ar fi următoarele:

- Ajutarea părinților să simtă bucuria că au un copil;
- Învățarea acestora să-și exprime liber sentimentele de bucurie, supărare, mândrie;
- Ajutarea acestora să-și exprime cerințele în mod clar și ferm etc.

CAPITOLUL V

DEONTOLOGIA PROFESIONALĂ

*Fiecare poartă în sine o opinie despre sine și despre îndatoririle vieții.
O linie de viață și o lege de mișcare care îl domină fără ca el să înțeleagă,
fără ca el să își dea seama de ele.*
Alfred Adler

I. OPTICA FAȚĂ DE CLIENT

*Omul și muntele se aseamănă, dar cu deosebirea că prin munții
săi pământul încearcă să se ridice la cer, pe când prin oameni,
cerul coboară pe pământ.*
William Shakespeare

Concepția ontologică a consilierii în Managementul calității Vieții și Condiției Umane gravitează în jurul paradigmei conform căreia, omul ca fiu al Demiurgului se naște cu misiunea împlinirii actului creator. Desigur, la început – începutul evoluției ca ființă umană – nu e conștient de acest rol pe care-l are de jucat în economia de ansamblu a Universului, dar pe măsură ce crește și se dezvoltă, parcurgând rând pe rând etapele Devenirii la marea Școală Cosmică, omul începe să realizeze tot mai clar acest imperativ existențial al rostului său. Și pe măsură ce se maturizează, Conștiința sa îi cere satisfacerea acestui deziderat, care, de altfel, reprezintă starea substanțială – de esență și existență – a Sinelui individual.

Sinele este adevărata individualitate a ființei – Ființa înseși. El se află în stare vegetativă (adormită) pe toată durată evoluției, de la origine până în momentul trezirii Conștiinței. O dată cu acest moment ființa începe a-și da seama de ea înseși, a se întreba, a se orienta și a se cunoaște pe sine cunoscând mediul (Cosmosul) în care viețuiește. Căci

până al urmă aceasta este calea universală comună tuturor ființelor-oameni: realizează cunoașterea de sine și autoperfecționarea, devenirea proprie, privindu-se mereu în ochii celorlalte ființe și oglindindu-și sufletul propriu în sufletul lor ca să-și poată conștientiza mai bine imperfecțiunile și să le îndrepte.

Conștiința, în fapt reprezintă depozitarul tuturor lecțiilor pe care ființa le învață de-a lungul devenirii sale până la finalul stadiului de Om (cel puțin). Ea este o parte componentă a Sinelui și se află în raport cu acesta într-o relație oarecum asemănătoare aceleia dintre Memorie și Intellectul Analitic, în cadrul Mentalului. La fel ceea ce numim Atma, Omul sau nivelul superior Sinelui, este în raport cu aceasta precum Intellectul Sintetic față de cel Analitic, dar la un alt standard (a se vedea pentru detalii, volumul nostru “Psihologia Ființei”).

Putem afirma astfel că de la Sine în sus (pe scara părților componente) ne aflăm la începutul Ființei. Aceasta din punct de vedere structural și didactic, așa cum am putea spune că un copil nu este om decât în momentul când se trezește din somn, deschide ochii și începe să se miște și să vorbească. Desigur înțelegem că Sinele (Ființa) a existat chiar de la Originea sa (pentru noi, acum, îndepărtată în negura evoluției Cosmice) dar că a suferit numeroase procese și transformări parcurgând multe etape la Școala Universului, ajungând astăzi – la stadiul de om – pe punctul de a se trezi și a-și da seama de rostul său în marea Familie a Universului.

La fel Conștiința – ca funcție de înmagazinare a experiențelor evoluției prin care trece Sinele – a existat de la începuturi. Ceea ce numim noi astăzi, în limbaj comun „conștiință” este de fapt doar o parte din acest vast depozit, acea parte pe care Sinele o folosește, o

gestionează și întrebuințează în raporturile sale **libere** cu Universul. Fiindcă doar de la stadiul uman ființei i se dă libertatea de a merge prin forțe proprii, pe propriile-i picioare. La stadiului imediat anterior, cel animal, Sinele adormit este purtat pe brațe de coordonatorii procesului devenirii, iar Conștiința reprezintă un depozit **unitar** și **comun** de experiențe de care beneficiază în egală măsură toți membrii familiei de ființe, sau speciei cum spunem noi în prezent. Pentru că, în fapt, acest depozit – care se numește în limbaj comun „*instinct*” – nu se află în fiecare dintre ființe, ci în *Spiritul Grup* care are grijă de evoluția lor. El creează, practic, toate experiențele de viață necesare evoluției ființelor, pe care le depozitează în Conștiință – fără ca ele să aibă un aport din partea Sinelui –, Conștiință pe care o dă mai apoi, spre finalul stadiului animal fiecăreia dintre ele în toată plenitudinea sa. Când promovează în regnul superior și dobândește libertatea de a se manifesta de unul singur, la început Sinele nu știe cum să folosească această bogată bază de date și în plus nu are nici capacitatea suficientă pentru a conduce noile vehicule de lucru (organismele mental, astral și fiziologic) cu aceeași îndemânare arătată față de cele ale regnului animal. De aceea prima jumătate din perioada stadiului uman se va ocupa de învățarea acestor aspecte, fiind sprijinit din afară de coordonatorii evoluției prin intermediul forțelor – și ființelor – lor proprii, și cu aportul Tendințelor. De aceea găsim la popoarele „primitive” (începătoare) același „spirit de turmă” comun animalelor. De abia la jumătatea evoluției sale, omul începe să fie stăpân pe sine și pe rostul său. Acum „se naște” în el **Voința de a Fi** care nu este altceva decât puterea Sinelui de a merge singur. Pentru aceasta a fost necesar să se rupă de lângă ființa protectoare – să-l declare mort pe Dumnezeu – să se piardă în lume, să

rămână singur, să învețe, să sufere, să descopere și să devină puternic. Abia apoi se poate întoarce acasă matur și echilibrat, conștient de rostul său și să-și întemeieze o familie. Dar pentru aceasta, pentru familia **sa** el vrea să edifice un cămin **propriu** distinct de cel părintesc. El își dorește să fie șeful, tutorele, demiurgul în **propriul său univers**. Se bucură de reîntâlnirea cu tatăl său – bătrânul Demiurg – dar nu poate să trăiască pe spatele acestuia ca un parazit, ci **vrea** să se ridice la demnitatea lui de creator, vrea să-l urmeze, să-i dovedească și să-și dovedească faptul că **poate** și își va face un rost al său și un Cosmos al său. Chiar dacă va folosi pentru aceasta vechi schițe moștenite de la Bătrân, chiar dacă va împrumuta de la Acesta unele materiale, Fiul răătăcitor își dorește ca noul Cămin să fie ridicată de mâna lui. Și chiar să-i adauge lucruri noi, ori să folosească tehnici, legi necunoscute până atunci – de el **inventate** – în construcție; desigur cu riscul de a nu fi valabile și a se prăbuși totul. Deși, la început va fi foarte important pentru el să edifice, să finalizeze, să dea o formă materială acestui locaș, mai târziu va realiza că mult mai valoroasă decât finalitatea, decât împlinirea rezultatului eforturilor sale, este **originalitatea**. Deabia acum se trezește în el **spiritul de Creator**, sevă din seva Bătrânului Demiurg, adevăratul Meșter Manole, care deși edificase nenumărate mănăstiri, dealtfel deosebit de frumoase și apreciate, toate nu erau decât imitații, încercări, antrenamente, pentru Opera sa autentică, unică și originală, așa cum unic și original era și el însuși cum la fel este fiecare Ființă în Univers. Aceasta este momentul **Marii Treziri**, mijirea Zorilor Vieții pentru pruncu ce se naște ca Om. Aceasta este momentul când Bătrânul Demiurg râde mulțumit în barba sa: șiretlicul a ținut: lunga suferință îndelungată, probele la care l-a supus și transformările produse în sufletul Fiului său încep să dea

rezultate. Întreg Universul sărbătorește acum nașterea unui Nou Creator; de Măine Creația va fi mai bogată și mai frumoasă.

Astăzi însă, ucenicul trebuie să-și definitiveze *învățătura* parcurgând și ultimele etape, de finisare, ale Școlii: câteva Legi, câteva Principii și vreo două-trei “șmecherii artistice”. Restul meseriei se fură ori se dobândește pe cont propriu, în laboratoarele de lucru.

*

Consilierea în Managementul calității Vieții și Condiției Umane evită să privească în urmă. Pentru ea, „omul de ieri” nu există. Tot ceea ce contează este „*omul de mâine*”! „Ieri”, „Azi”, „Măine” nu sunt unități temporale, ci dimensiuni psihice, matrici pentru manifestările de conștiință.

De aceea „azi” este dimensiunea spirituală (deci în afara reperelor spațio-temporale) în care ființa lucrează spre a se edifica *pe sine* cea de mâine. Este asemeni urcușului periculos pe panta abruptă a muntelui: o singură privire în urmă poate deveni fatală. *De aceea privirea rămâne ațintită mereu înainte spre steaua-călăuză a „portretului ideal” pe care ni l-am creat în cadrul planului de viață.* Veți întreba: bine, dar în felul acesta cum putem evita obstacolele prezentului sau capcanele/devierile ieșite în cale, dacă noi trăim mereu în viitor?

Răspunsul este foarte simplu și reprezintă un veritabil principiu ce reglementează întreaga organizare și dezvoltare a Vieții la nivel Cosmic. Noi oamenii, în societate, îl folosim într-un număr foarte restrâns de aplicații, de ex: mersul pe bicicletă, condusul auto și uneori planificarea afacerilor, uitând însă domeniul cel mai important: noi înșine. De abia o parte dintre practicanții căilor spirituale dacă îl folosesc într-o anumită măsură, în special orientările ascetice devoționale: ei își fixează

modelul divinității, ca structură ideală cuprinzând o serie întreagă de virtuți pe care discipolul se străduiește să le întruchipeze în ființa sa.

Acesta este *Principiul Monadei*, ori al Matricii de Manifestare și presupune o structură dată după care se creează toate Formele, prin prelucrarea Esențelor, de la Macrounivers, până la Microuniversuri: dintre care unul este Omul însuși.

La fel precum Demiurgul, Ființa Umană are libertatea și posibilitatea de „a se construi” pe sine, având în acest sens două variante: să adauge la întâmplare cărămidă peste cărămidă (într-un talmeș-balmeș specific începătorilor, care – și tocmai din acest motiv – vor fi supuși sprijinului, îndrumării și modelării forțate de către Tendințe – Procesatorii dezvoltării ființei umane); sau are posibilitatea, de a se manifesta precum un veritabil arhitect: să-și traseze mai întâi planurile în funcție de natura și calitatea materialelor de construcție, să-și propună achiziționarea de noi materiale necesare în funcție de posibilități și să edifice întru totul calculat, având ca hartă existențială Planul propriu de Dezvoltare, Templul Ființei Sale Individuale.

De aceea Clientul și Consultantul vor evita acea „privire înapoi”; startul se dă de astăzi, de acum și începe prin evaluarea a ceea ce avem util și utilizabil, în afara aprecierilor calitativ-subiectiv de genul „bun-rău”, „normal-anormal”, etc. Nimic din ceea ce ni se dă nu este întâmplător și nici una din experiențele trăite până în prezent nu sunt inutile ori malefice. Totul se încadrează în vastul Program Educațional al Vieții, iar acesta funcționează cu randamentul de 100%. Ceea ce înseamnă *că orice lucru întâlnit pe cale este cel mai bun la momentul respectiv*. El are un mesaj existențial pentru noi a cărui lecție trebuie s-o învățăm *atunci*. Pentru că *fiecare lucru este la timpul său*. (Iată de ce

este cu atât mai necesar un Plan organizatoric al Vieții: pentru a recunoaște din timp oportunitățile de dezvoltare ce ni se oferă – sau pe care le putem edifica noi înșine – și a le fructifica la maximum, în sensul de a produce cu ajutorul lor transformarea dorită în structura internă a ființei noastre; adică să învățăm lecția de prima dată și cât mai bine!)

Fiecare zi este la fel de bună pentru a ne naște. Dar nu fiecare poate fi „**Ziua zero**”. Ziua zero este ziua în care ne-am hotărât **să fim**, să ne edificăm noi pe noi înșine prin **propiul efort**, chiar dacă pentru aceasta va trebui să luptăm cu înreg Universul și cu Dumnezeu însuși. Fiindcă El asta așteaptă de la noi: Oameni, nu legume adormite! (a se vedea și parabola biblică a luptei lui Moise cu Dumnezeu în cort.)

De aceea o altă deviză de principiu a Centrului este: „**Omule! Ridică-te și mergi!**”

Spre deosebire de psihologiile clasice (cele existente până în prezent), Psihologia propusă de noi vizează nu atât cunoașterea omului sau scopului vieții lui prin determinarea actelor sale, prin introspecția afectivă a copilăriei, etc și nici edificarea unei lumi ori găsirea unui sens al vieții care să se potrivească omului respectiv. Ci această Psihologie are în vedere determinarea ori sprijinirea sa în **a-și aminti** sensul și scopul vieții actuale precum și de a-și pune la punct un plan de realizare a acestora folosindu-se de toate forțele, valențele, influențele și împrejurările pe care le poate cunoaște în prezent (și care au fost primite de la factorii cosmici) și totodată învățând ca în viitor pe parcursul derulării Proiectului său de Viață, să poată cunoaște, recunoaște și întrebuința cât mai multe dintre oportunitățile pe care Universul i le scoate în cale.

Deci omul pornește din start, în viața fizică, având un scop și anumite mijloace. Ce trebuie să facă el este: să-și aducă aminte scopul, să-și conștientizeze mijloacele, să facă planul de acțiune, să dobândească și alte mijloace sau valențe necesare, să învețe să fie conștient de lucrurile care-l întâmpină, să se recunoască mereu pe sine în marea curgere a timpului și să învețe Limbajul Lumii.

*

Subliniem încă odată ideea de bază a consilierii: toate dezechilibrele produse în Sistemul Intern al Ființei Umane, fie că se manifestă sub aspecte recunoscute (evidente) pentru „publicul larg”, numite „boli”, fie că se produc în straturile profunde ale sufletului omenesc sau chiar la nivele mai înalte (ex: problemele, dezechilibrele spirituale se produc la nivelul cauzal, în structura Sinelui – adică mai sus de Eu), deci toate aceste dezechilibre se datorează lipsei de educație corespunzătoare sau insuficient de profunde, a respectivei ființe, nu numai în viața prezentă, fizică, ci per ansamblu.

Fiindcă prin „educație” noi înțelegem acea transformare pe care omul o produce în sine și asupra sa însuși prin forțe proprii, slujindu-se în acest sens de factorii cosmici pe care dinamica evoluției universale îi pune la dispoziție. De aceea distingem două modalități principale de implementare a factorului educațional: și anume, pe de o parte avem **educația forțată**, când omul este încă insuficient de matur ca să conștientizeze realitățile, scopurile sau sensul de ansamblu al Vieții (în sens cosmic), el aflându-se în clasele mici, primare, ale acestei Școli a Universului; iar la extrema cealaltă, **educația conștientă**, situație în care omul realizează, ori întrevede rostul de ansamblu al tuturor lucrurilor și participă total voluntar la procesul autoperfecționării, asumându-și

responsabilitatea pentru delurarea acestuia [ex: călugării, asceții și toți cei din „clasele superioare ale evoluției umane, care singuri își iau teme suplimentare devansând astfel ritmul normal, mediu al evoluției].

În prezent omenirea se situează chiar pe linia mediană a celor două extreme, în sensul că *fiecare persoană (sau marea majoritate) conștientizează până la un punct, într-un grad mai mare sau mai redus necesitatea de a lucra, de a contribui activ la satisfacerea nevoii de bine a tuturor ființelor, la derularea procesului educației individuale și colective.*

Această stare este, în prezent, ca să spunem așa, latentă în om, în sensul că reprezintă standardul/nivelului la care s-a ridicat conștiința, însă nu se aplică datorită elementarei lipse de cunoaștere universală ce domnește actualmente în organismul/ mentalitatea socială.

De aceea orice demers educațional trebuie să facă apel în primul rând la *conștiința individuală* spre a trezi din somnul în care a căzut în urma procesului întrupării, al venirii în Planul Fizic și al utilizării unor instrumente suplimentare de lucru: trupul fizic, structura vitală și structura astrală inferioară.

Abia apoi se poate începe (în fapt, continua) adevăratul proces educațional.

Pentru că fiecare perioadă petrecută în Planul Fizic este o nouă Zi la marea Școală a Universului, care începe în primul rând (sau așa ar trebui) cu repetarea a ceea ce am învățat până la atunci, nu în materie de cunoștințe, de informație înmagazinată, ci în ceea ce privește rezultatul, nivelul și structura pe care o are ființa noastră la nivel de conștiință, structură modelată în urma întregului proces evolutiv, cel puțin de la începutul stadiului de om până în prezent.

Este ceea ce se numește „*Amintirea de Sine*”: în ce clasă suntem, ce teme avem de realizat la acest nivel, care sunt responsabilitățile sociale ale prezentei Zile de Școală în planul fizic, cum să-i ajutăm pe colegii de clasă și, de asemenea, cum să le combinăm pe toate astea într-un demers unitar. Aceasta este misiunea Ființei la stadiul de Om și presupune (sub aspect didactic) trei aspecte:

a) **Îndatorirea de Elev la Școala Universului:** autoperfecționarea continuă, înțelegând că de normala sa evoluție depinde întregul proces educațional – un elev rămas în urmă influențează negativ întreaga clasă, pe când unul fruntaș inspiră un puternic suflu progresist tuturor.

b) **Îndatorirea de coleg:** de a ajuta nivelele apropiate, în special egale sau mai mici, să-și facă temele vieții, respectând regula randamentului, a utilității necesare: adică cel de la nivelul 8 îi ajută pe cei de pe 8,7,6 dar nu și 1,2; ar fi o pierdere inutilă de timp și resurse; pentru aceștia există colegii mai mari de pe nivelele 3,4.

c) **Îndatorirea de actor:** de a juca rolul social potrivit conjuncturii istorice și cosmice a actualei vieți și în conformitate cu Destinul pe care și l-a trasat înainte de coborârea în Planul Fizic (fiindcă la momentul actual majoritatea celor prezenți aici își alcătuiesc singuri - cu asistență, desigur- destinul).

Având la bază fundamentul conceptual determinat de Psihologia Ființei, consilierea se adresează Ființei Umane înțeleasă ca elev la Școala Vieții, parcurgând procesul gradual al Devenirii sale Cosmice, folosind în acest scop o serie de instrumente puse la dispoziție de Coordonatorii Evoluției și o gamă de Medii de lucru, în care să-și desfășoare activitatea de formare a capacităților proprii.

În baza acestei viziuni, orice problemă apărută în viața de zi cu zi provine din nerespectarea Legilor Vieții și din neîmplinirea temelor existențiale (date fiecăruia după nivelul și posibilitățile sale), teme necesare satisfacerii/împlinirii întregii misiuni existențiale (așa cum s-a arătat în capitolul II): față de Univers și de Procesul Devenirii; față de tovarășii de drum și față de Rolul ce trebuie jucat în fiecare „viață” fizică (A se vedea și „Psihologia Ființei”)

De aceea viziunea consilierii cu privire la *client* îmbracă și următoarele coordonate:

a) nu există oameni bolnavi (psihic) și oameni sănătoși; starea de alteritate nu se determină prin raportare la majoritate ci prin raportare la universalitate; în raport cu aceasta se evidențiază situațiile de blocaj psihic existențial.

b) fiecare om trăiește într-o realitate a lui și numai a lui; faptul că mai mulți dintre noi avem realitățile individuale asemănătoare în mai mare măsură între ele, nu ne dă dreptul să-i răpim propria identitate închizându-l în rezultanta comună a realității noastre; deci nu există „boli mintale”, ci numai coordonate *diferite* de trăire în realități de asemenea *distincte* de realitatea *aparent* comună.

c) nu există „probleme psihice”, ci *doar situații de viață*; acestea reprezintă veritabile lecții ale devenirii ce trebuie învățate; starea de suferință sau disconfort este succesivă și în raport de cauzalitate cu neîmplinirea acestui imperativ.

d) de aceea, concepte precum „clinică”, „bolnav”, „pacient” etc. nu au acoperire. Există doar oameni care se adresează unui Consilier, în calitate de Clienți, pentru a primi sprijin în depășirea anumitor situații de viață restante.

e) consilierul nu “vindecă” și nici nu “rezolvă situațiile” în locul altuia. El în calitate de specialist analizează situația, identifică soluțiile posibile precum și mecanismele de aplicare a lor și sprijină Clientul în procesul aplicării/implementării soluțiilor. Însă acesta din urmă este cel care optează pentru o soluție sau alta, opțiune ce se realizează în urma procesului analitic de autocunoaștere și de conștientizare a cauzelor ce au determinat respectiva situație. Totodată i se oferă Clientului și un pachet educațional, adică trainingul necesar pregătirii personale astfel încât pe viitor să poată singur să se descurce, în cazul în care apar astfel de situații scăpate de sub controlul preventiv.

f) consilierea percepe Omul ca pe un Sistem de Forțe de o complexitate extremă, aflate într-o continuă transformare reciprocă, acționând și determinând totodată existența, manifestarea și dezvoltarea de ansamblu a Ființei. Totul apare ca o „mașinărie” uriașă în cadrul căreia orice „dereglare”/dizarmonie este efectul consecutiv al unei disfuncționalități interne, un dezechilibru de forțe și influențe, care bruiază ordinea specifică a marelui Sistem Uman, având ca și rezultat imediat perturbarea stării Împlinirii de Sine, ori obstrucționarea realizării acesteia.

De aceea, pentru a putea rezolva chiar și cel mai mic detaliu de neregularitate, pentru a înlocui fie și cel mai mic “șurub” în această „mașinărie”, Consilierul trebuie să aibă schema de ansamblu a alcătuirii sale și principiile de funcționare. Astfel încât cunoașterea – adevărata cunoaștere – a Clientului este primul și principalul pas al oricărei forme de consiliere, fără de care, așa cum s-a spus „orice teorie, ori psihologie care nu se fundamentează pe natura reală a ființei umane, pe ontologie, este o minciună și o trădare” (Laing). Sigur că de aici derivă și obligația

profesională a Consilierului de a păstra confidențialitatea în limitele convenite cu Clientul său (a se vedea mai jos).

g) Ontologia ce stă la baza Psihologiei Ființei – și implicit a consilierii, așa cum am arătat – pornește de la principiul că omul nu e nici bun, nici rău, nici bolnav, nici sănătos, nici mare, nici mic, nici comun, nici sfânt, nici păcătos etc., ci se află dincolo de orice dualitate, plasat la confluența unei multitudini de factori și influențe, mereu într-o continuă transformare. Această transformare se poate manifesta haotic, „întâmplător”, ori poate fi ordonată, calculată și programată, constituind astfel o reală devenire în care Voința individuală preia cârma Destinului și, folosindu-se deopotrivă de puterea interioară a Ființei – dobândită prin educație (cunoaștere + exercițiu) – și de Forțele externe ale Vieții, reușește a-l ajuta pe Om **să fie** . Pentru că o Conștiință care nu se înnoiește și auto-crează mereu, nu există: *nici pentru sine, nici pentru semenii, nici pentru Univers*.

h) Clientul – Ființa umană a zilelor noastre – are din partea Vieții în Planul Fizic un nivel de solicitare foarte complex axat pe toate palierele, de la material la spiritual. Adică omul contemporan trebuie să știe să conducă o afacere (să se descurce pe cont propriu); să știe să formeze și să dăruiască un cămin și o familie, trebuie să știe cum să se cunoască pe sine și să se autovalorizeze (pună în valoare la potențialul maxim, în folosul întregii comunități) și de asemenea, trebuie să aibă acces direct la Divinitate (să știe cum să stea de vorbă cu Dumnezeu). Dar mai presus, e necesar **să fie, să vrea, să știe și să le facă** deopotrivă și împreună pe toate acestea. Pentru că omul trebuie să realizeze bucuria participării și trăirii active, cu toată ființa sa în cadrul Marelui Spectacol al Vieții. Trebuie să fie în măsură a se bucura de fiecare clipă și de toate

darurile pe care aceasta i le scoate în cale, înțelegând și culegând roadele fiecărui eveniment la care participă, într-o viziune trans-dualistă, unificatoare și integratoare.

Pentru aceasta este necesar mai întâi ca el însuși să se supună unui proces de disciplinare interioară și de dezvoltare personală progresivă, până la atingerea standardului de conștiință transpersonală și universală.

Consilierul este, de aceea, ființa trimisă în Calea Omului spre a-l învăța, călăuzi și sprijini în realizarea tuturor acestor cerințe.

i) Clientul este privit ca o ființă absolut liberă din punct de vedere psihic, liberă să creadă ori să se îndoiască, liberă să adere la o mișcare (religioasă, politică, filozofică, socială etc) sau nu, liberă să aibă conținuturi de gândire adevărate sau false etc, într-un cuvânt, liberă să trăiască în propria Realitate, să-și construiască propriul Univers. Consilierii nu vor face sub nici o formă prozelitism, îndocinare ori presiuni pentru schimbarea opticii de viață. Rolul lor este să îl ajute, să îl sprijine pe Client în realizarea Împlinirii de Sine **acolo** în Lumea, în Realitatea **lui**. Și numai dacă acest lucru nu e posibil să opereze modificări.

Pentru că orice Ființă Umană pornește din start, în viața fizică, cu un scop bine determinat (este rolul pe care Universul i-l încredințează) și cu anumite mijloace necesare (influențele primite din partea Forțelor Vieții – a se vedea “Psihologia Ființei”) ce trebuie să facă el, este: să-și amintească scopul; să-și conștientizeze mijloacele, să facă planul de acțiune (pentru că în afara misiunii determinată de Rol, mai are două Îndatoriri existențiale: aceea de a-și ajuta Tovarășii de Drum, și aceea de a se perfecționa continuu, ca elev la Școala Vieții și a-și promova examenele) să dobândească și alte mijloace sau valențe necesare, să învețe a fi conștient de Lucrurile care-l întâmpină spre a-i

aduce mesaje/lecții de viață, să se recunoască mereu pe sine în marea curgere a timpului .

j) În această optică, imaginea Clientului ne apare drept imaginea unui veritabil Om Nou, atât la figurat cât și la propriu, pornind de la cel Vechi (uneori pierdut – și atunci trebuie ajutat să se regăsească mai întâi –, altelei inexistent – și atunci trebuie învățat să se inventeze, de la zero) și de la mediul său în care trăiește la momentul respectiv, de la Lumea și societatea umană a timpului său. Nu se urmărește nici schimbarea Lumii pentru om, nici schimbarea, adaptarea omului pentru lume, nici transferarea lui într-un alt mediu. Tot ce se dorește este formarea (educarea, regăsirea, reinventarea, antrenarea) omului pentru *sine însuși*, căci numai omul regăsit și împăcat în sine însuși cu sine însuși (cel care a realizat Împlinirea de Sine), numai acela este un om deplin, un om despre care se poate spune că există cu adevărat, iar de ființarea lui se poate bucura atât el, cât și cei ce-l înconjoară: semenii, ființele, întreg Universul.

k) Consilierea în Managementul calității Vieții și Condiției Umane, așa cum am arătat, refuză să privească în urmă. Pentru ea „Omul de Ieri” nu există. Tot ceea ce contează este „*Omul de Mâine*”! „Ieri”, „Azi”, „Mâine” nu sunt unități temporale ci dimensiuni psihice, matrici pentru manifestările de Conștiință. Timpul însuși este, în fond, nimic altceva decât măsura Devenirii noastre, a progresului nostru ca Ființe-părți ale Marelui Sistem al Ordinii Cosmice.

De aceea „Astăzi” este dimensiunea spirituală în care Clientul și Consilierul lucrează pentru ca Ființa acestuia din urmă să *se edifice pe sine*, Cea de Mâine! Este ceea ce numim „*Terapia Împlinirii de Sine prin Profilaxia Viitorului*”.

II. ÎNDATORIRILE FUNDAMENTALE ALE CONSILIERULUI

*Darul pe care îl am de la Dumnezeu este potențialul meu.
Darul pe care îl am pentru Dumnezeu, este ceea ce fac eu cu acest potențial.*
John C. Maxwell

1. Îndatoriri universale

“Obiectul psihologiei – arăta Vasile Pavelcu – este de cu totul altă esență decât cel al științelor naturii: și anume el este un obiect de natură subiectuală, de ființă deschisă înăuntru și în afară. *Sensul* conduitei vizează întreaga structură a personalității, ca sistem integrat în suprasistemul axiologic, social-istoric și în ambianța naturii fizice. Acestui sistem psihic individual psihologul trebuie să-i precizeze parametrii, dimensiunile: nivelul, constantele, dominantele, orizontul sau anvergura intereselor, capacitatea și gradul de coeziune sau sinteză a elementelor, mobilitatea, suplețea și flexibilitatea, limitele orizontale și verticale ale variațiilor sale dinamice etc”.

Având în vedere că lucrează cu sufletul omului – și chiar mai mult, cu Ființa sa – consilierului și revin o serie de îndatoriri, atât ca profesionist, cât și în calitatea sa de membru al comunității sociale, de om și de Ființă. De aceea redăm în continuare prevederile unuia dintre cele mai reprezentative coduri deontologice de referință: Codul Asociației Americane de Psihologie (APA).

Preambul

Psihologii respectă demnitatea și valoarea individului și luptă pentru păstrarea și protejarea drepturilor fundamentale ale omului. Activitatea

lor este dedicată adâncirii cunoștințelor despre comportamentul uman și despre cunoașterea de sine și nu numai, precum și folosirii acestor cunoștințe în scopul promovării bunăstării omului. În urmărirea acestor țeluri, psihologii fac mari eforturi pentru a apăra confortul celor care le solicită serviciile precum și al celor care sunt potențiali subiecți de studiu în programe de cercetare. Ei își folosesc talentul în scopuri congruente cu aceste valori și nu permit abuzuri din partea altora.

Psihologii cer să aibă libertate de investigare și comunicare și acceptă totodată și responsabilitatea necesară acestei libertăți: competență, obiectivitate și grija necesară față de pacienți (clienți), colegi, studenți, participanți la cercetare și societate.

În urmărirea acestor idealuri psihologii subscriu unor principii din următoarele arii:

1. responsabilitate
2. competență
3. standarde morale și legale
4. declarații publice
5. confidențialitate
6. bunăstarea consumatorului
7. relații profesionale
8. tehnici de analiză
9. cercetare cu participanți umani
10. folosirea animalelor și grija pentru ele

Intrarea ca membru cu drepturi depline în Asociația Psihologilor Americani (APA) implică și aderarea la aceste principii. Psihologii colaborează cu diferite comitete APA, în special cu Comitetul pentru etică și comportament științific și profesional, răspunzând prompt și

complet în fața acestei instanțe. Și membrii răspund în același fel în fața comitetelor de etică constituite statal și în fața comitetelor pentru standarde profesionale.

Principiul 1: Responsabilitatea

În serviciile lor, psihologii mențin un nivel profesional ridicat. Ei acceptă responsabilitatea pentru consecințele actelor lor și fac eforturi ca serviciile lor să fie folosite în scopuri pozitive.

a) Ca oameni de știință, psihologii acceptă responsabilitatea subiectelor lor de cercetare ca și a metodelor folosite în investigarea, analiza și raportul efectuate.

Ei își planifică cercetarea în așa fel încât să micșoreze cât mai mult posibilitatea unei erori a rezultatului. Ei iau în calcul limitarea cunoștințelor oferite, mai ales când este vorba de o politică socială sau când munca lor poate fi interpretată în dauna unor persoane de o anumită vârstă, de un anumit sex sau aparținând unor grupuri etnice, economice sau sociale de anumite tipuri. Ei își fac cunoscute rezultatele muncii, nu suprimă datele care îi contrazic și recunosc existența unor ipoteze sau explicații alternative. Psihologii se bazează numai pe munca pe care o fac cu adevărat.

b) Psihologii clarifică dinainte cu persoanele și agențiile în cauză în ce măsură informațiile pot fi împărtășite și utilizate. Ei evită orice fel de relație care le-ar putea limita obiectivitatea sau care ar putea crea un conflict de interese. Amestecul cu mediul din care informațiile sunt culese este menținut la cote minime.

c) Psihologii iau responsabilitatea de a încerca să împiedice distorsionarea, abuzul sau suprimarea rezultatelor investigațiilor de către instituția sau agenția pentru care lucrează.

d) Ca membri ai unor grupări guvernamentale sau organizaționale de alt tip, psihologii rămân responsabili ca individualități în fața celor mai înalte standarde profesionale.

e) Ca profesori, psihologii recunosc ca primă obligație ajutorarea celorlalți în dobândirea de cunoștințe și pricepere. Prezentarea informațiilor psihologice se va face în mod obiectiv, complet și clar.

f) Ca practicieni, psihologii știu că au o mare răspundere socială, deoarece recomandările și acțiunile lor profesionale pot schimba viața altora. Sunt atenți la situațiile și presiunile personale, sociale, organizaționale, financiare sau politice care ar putea duce la folosirea în scopuri greșite a influenței pe care ei o au.

Principiul 2: Competența

Menținerea unui nivel înalt de competență este un principiu împărtășit de toți psihologii în interesul public și cel profesional totodată. Psihologii recunosc limitele competenței și ale tehnicii lor. Ei oferă servicii și folosesc tehnici pentru care au instruirea și experiența necesară. În domeniile în care încă nu există standarde recunoscute, psihologii își iau orice precauție pentru a proteja bunăstarea pacienților (clienților) lor. Ei mențin la cote înalte cunoștințele științifice curente și informațiile profesionale care sunt legate de serviciile pe care ei le oferă. Competența, experiența și instruirea sunt noțiuni clare pentru un psiholog. Ei recunosc drept dovezi de instruire numai acele grade

obținute de la instituțiile aflate sub legea și regulile Consiliului Asociației Psihologilor Americani.

Ca profesori, psihologii își îndeplinesc sarcinile pe baza unei pregătiri atente, astfel încât instruirea lor să fie clară, adusă la zi și savantă.

Psihologii recunosc necesitatea unei pregătiri continue și sunt deschiși noilor proceduri și schimbărilor legate de speranțele și valorile oamenilor de-a lungul timpului.

Psihologii recunosc diferențele dintre oameni, cum ar fi cele asociate vârstei, sexului, bazei socio-economice sau etniei. Atunci când este necesar ei obțin o instruire și o experiență necesară asigurării serviciilor competente sau fac cercetări legate de asemenea persoane.

Psihologii, responsabili pentru deciziile care implică individualități sau strategii bazate pe rezultate ale anumitor teste, înțeleg concepte cum ar fi: măsurători psihologice, măsurători educaționale, probleme de validare și cercetare pe bază de teste.

Psihologii recunosc faptul că problemele și conflictele personale pot să interfereze cu eficacitatea profesională. În consecință, ei se abțin să participe la orice fel de activitate în care problemele lor personale probabil că i-ar duce la concluzii sau comportament neadecvat sau care ar putea face rău clientului, colegului, studentului, sau participantului la cercetare. Dacă psihologii sunt angajați în asemenea activități, atunci când ei devin conștienți de dimensiunile problemelor personale ei caută ajutor profesional competent pentru a determina dacă trebuie să-și suspende, să pună capăt sau să-și limiteze scopul activității științifice și/sau profesionale.

Principiul 3: Standarde morale și legale

Standardele morale și etice ale comportamentului psihologilor sunt o problemă personală în același grad în care acestea constituie probleme personale pentru orice cetățean, cu excepția că acestea pot compromite realizarea responsabilităților lor profesionale sau pot reduce încrederea publică în psihologie sau psihologi. În ceea ce privește propria lor comportare, psihologii sunt sensibili la standardele unei comunități și la impactul posibil datorat deviației de la aceste standarde asupra activității lor ca psihologi. Ei sunt conștienți, de asemenea, de posibilul impact al comportamentului lor public asupra capacității colegilor lor de a-și îndeplini sarcinile profesionale.

Ca profesori, psihologii sunt conștienți de faptul că valorile lor personale afectează selecția și prezentarea materialului instrucțional. Atunci când ai de-a face cu subiecte care pot da naștere anumitor controverse ei recunosc și respectă atitudinile diferite pe care studenții pot să le aibă față de astfel de materiale.

Ca anajați sau ca patroni, psihologii nu se angajează în practici inumane sau care au ca rezultat acțiuni ilegale sau nejustificabile. Astfel de practici includ, însă nu se limitează la acelea bazate pe considerații de rasă, handicap, vârstă, religie, sex, preferințe sexuale, sau etnie, atunci când ei angajează, promovează sau instruiesc pe cineva.

În rolul lor profesional, psihologii evită orice acțiune care poate viola sau diminua drepturile legale și civile ale clientului sau ale altor persoane care ar putea fi afectate de acțiunile lor.

Ca practicanți și cercetători, psihologii acționează în conformitate cu standardele asociației și cu indicațiile generale referitoare la practica și

la conducerea unei activități de cercetare în care sunt implicate ființe umane și animale.

În mod normal, psihologii aderă la legi guvernamentale relevante și la diferite regulamente instituționale. Atunci când legile, regulamentele sau practicile federale, statale, provinciale, organizaționale sau instituționale sunt în conflict cu standardele și indicațiile generale ale asociației, psihologii își fac cunoscută dedicarea activității lor standardelor și indicațiilor asociației, și, de câte ori este posibil, lucrează în scopul rezolvării acestui conflict.

Atât practicanții cât și cercetătorii au ca scop dezvoltarea unor astfel de regulamente legale și cvasilegale în măsura în care acestea servesc cel mai bine interesul public și conlucrează spre schimbarea regulamentelor existente dacă acestea nu sunt în interesul publicului.

Principiul 4: Declarațiile publice

a) Declarațiile publice, anunțurile de servicii, reclama și activitățile promoționale ale psihologilor servesc la ajutarea publicului să aleagă. Psihologii prezintă cu acuratețe și în mod obiectiv calificările lor profesionale, afiliațiile și funcțiunile, precum și cele ale instituțiilor cu care ei sau asociațiile pot fi asociate. În declarațiile publice care oferă informații psihologice sau opinii profesionale, sau oferă informații referitoare la măsura în care sunt disponibile anumite produse, publicații sau servicii psihologice, psihologii își bazează declarațiile pe descoperiri și tehnici acceptabile din punct de vedere științific, recunoscând totodată limitele și punctele nesigure ale unor astfel de dovezi.

b) Atunci când fac reclamă serviciilor lor profesionale, psihologii pot să includă într-o listă și următoarele informații pentru a descrie persoana care oferă serviciile și de ce fel sunt acestea: numele, cel mai relevant grad academic obținut de la o instituție regională acreditată, nivelul diplomei, statutul diplomatic, statutul de membru APA, adresa, numărul de telefon, programul de serviciu, o scurtă descriere a tipului de servicii psihologice oferite, o prezentare adecvată a informațiilor privind onorariul, limbile străine vorbite și politica referitoare la plățile de către o a treia parte. Informații relevante, adiționale, importante pentru consumator pot fi incluse, dacă nu sunt interzise de către alte secțiuni ale acestor principii etice.

c) În anunțul sau reclama făcută modului în care produsele, publicațiile sau serviciile psihologice sunt disponibile, psihologii nu își prezintă afilierea la nici o organizație într-un mod în care ar putea să implice fals o sponsorizare sau o certificare de către acea organizație. În special și de exemplu, psihologii nu declară că sunt membri ai APA sau simpatizanți într-un fel care ar putea sugera că asemenea statut ar putea implica o anumită competență sau calificare profesională specială.

d) Declarațiile publice includ, fără a se limita la comunicare prin: periodice, cărți, liste, anuare, televiziune, radio sau film. Ele nu conțin o declarație falsă, frauduloasă care induce în eroare sau este nedreaptă. Nu conțin o interpretare greșită a unui fapt sau o declarație care ar putea duce în eroare sau înșela, deoarece, în context, descoperă numai parțial anumite fapte relevante. Nu conțin o declarație intenționată menită să creeze speranțe false sau nejustificate față de anumite rezultate favorabile.

e) Psihologii nu compensează nici nu aduc nimic de valoare unui reprezentant al presei scrise, radioului sau televiziunii în anticipație pentru sau ca răsplată pentru publicitate profesională sau într-un articol de știri (presă). O reclamă plătită trebuie identificată ca atare, numai în cazul în care nu rezultă din context că reprezintă o reclamă plătită. Dacă o reclamă este comunicată publicului prin radio sau televiziune o reclamă este înregistrată anterior și aprobată pentru difuzare de către psiholog și o înregistrare a spotului este reținută și de către psiholog.

f) Anunțurile sau reclamele unor grupuri de dezvoltare individuală, clinici și agenții, trebuie să declare în mod clar scopul și să ofere o descriere limpede a experienței care este oferită. Instruirea, gradul de educație și experiența personalului trebuie specificate în mod adecvat. Psihologii implicați în dezvoltarea sau promovarea diferitelor tehnici, cărți sau altfel de produse psihologice oferite de vânzările comerciale fac eforturi rezonabile ca să asigure prezentarea anunțurilor și a reclamelor într-o manieră profesională acceptabilă științific și informativ.

g) Psihologii nu participă în scopuri personale la reclamele comerciale care recomandă publicului cumpărarea sau folosirea anumitor produse sau servicii, atunci când participarea se bazează numai pe identificarea lor ca psihologi. Psihologii prezintă știința psihologiei, fie își oferă știința, produsele și publicațiile într-un mod corect și clar, evitând reprezentările false, prin senzaționalism, fals sau superficialitate. Psihologii se orientează după obligația primară de a ajuta publicul să-și dezvolte judecăți, opinii și alegerea în cunoștință de cauză.

h) Ca profesori, psihologii asigură: declarațiile din cataloage și prezentările de curs să fie conform realității, mai ale în ceea ce privește

subiectele care vor fi tratate, bazele evaluării dezvoltării și natura experiențelor din curs, anunțurile, broșurile sau reclamele care descriu fel de fel de seminarii sau alte programe educaționale descriu în mod corect cui anume se adresează programul, precum și cerințele, obiectivele educaționale și natura materialelor care trebuie parcurse. Aceste anunțuri prezintă în mod corect și gradul de instruire și experiența psihologilor care prezintă aceste programe, precum și onorariile implicate.

i) Anunțurile publice și reclamele care solicită participanți la cercetare, în care sunt oferite servicii clinice sau alt fel de servicii, specifică natura acestora, posturile precum și alte cerințe care trebuie respectate de către participanții la cercetare .

j) Psihologul acceptă obligația de a corecta pe cei care reprezintă calificările profesionale ale unui psiholog sau asocierea acestuia cu produse și servicii într-o manieră incompatibilă cu aceste principii.

k) Diagnosticul individual și serviciile terapeutice sunt oferite numai în contextul unei relații profesionale psihologice. Când sfatul personal este dat prin intermediul unor conferințe publice sau demonstrații, prin ziare sau articole de presă, prin programe radio sau prin televiziune, prin poștă sau altfel de mijloace indirecte, psihologul folosește cele mai relevante date actuale și își exercită cel mai înalt grad de judecată profesională.

l) Produsele care sunt descrise sau prezentate prin demonstrații publice, prin ziare sau articole de presă, prin programe radio sau prin televiziune, prin poștă sau altfel de mijloace indirecte, se supun acelorași standarde recunoscute ca și produsele folosite în contextul unei relații profesionale.

Principiul 5: Confidențialitatea

Psihologii au ca obligație primară respectarea confidențialității informației obținute de la și pentru persoanele pentru care lucrează. Ei dezvăluie astfel de informații numai cu consimțământul persoanei pentru care lucrează sau al reprezentantului legal al acesteia, cu excepția situațiilor neobișnuite, în care a nu proceda astfel ar avea ca rezultat un pericol clar la adresa persoanei resective sau a altora. Atunci când este necesar și potrivit, psihologul își informează clientul despre limitele legale ale confidențialității.

a) Informațiile obținute în relațiile clinice sau de consultare sau actele evaluative cu referire la copii, studenți, lucrători și alții, sunt discutate numai în scopuri profesionale și numai cu acele persoane aflate în mod clar în legătură cu cazul. Rapoartele scrise sau orale prezintă numai datele conforme scopului evaluării, cu eforturi pentru a evita violarea intimității unei persoane.

b) Psihologii care prezintă informații personale obținute în timpul activității profesionale în scrieri, conferințe sau ale instanțe publice fie că trebuie să obțină anterior consimțământul persoanei în cauză sau al reprezentantului legal al acesteia, fie să deghizeze în mod adecvat toate informațiile care ar putea duce la identificarea acelei persoane.

c) Psihologii își iau obligația de a menține confidențialitatea și în ceea ce privește dispunerea și stocarea de înregistrări.

d) Când lucrează cu minori sau persoane care sunt incapabile de a da un consimțământ voluntar și conștient, psihologii iau măsuri speciale pentru a proteja aceste persoane.

Principiul 6: Confortul și bunăstarea pacientului

Psihologii respectă integritatea și protejează bunăstarea oamenilor și a grupurilor cu care lucrează. Când se ivesc conflicte de interese între clienți și instituțiile care folosesc psihologi, aceștia din urmă clarifică natura și direcția activităților lor precum și responsabilitățile lor și informează toate părțile implicate despre scopul căruia se dedică activitatea lor.

Psihologii informează pe consumatori în mod complet în ceea ce privește scopul și natura unei proceduri de evaluare, de tratament, de instruire și recunosc în mod liber că, întotdeauna, clienții, studenții și participanții la cercetare au libertate de alegere în ceea ce privește participarea.

a) Psihologii sunt, în mod continuu, conștienți de nevoile lor și de poziția potențială de mare influență față de persoane, cum ar fi clienții, studenții sau subordonații. Ei evită să exploateze această încredere, dependența acestor persoane. Psihologii fac toate eforturile pentru a evita relațiile duale sau care ar putea împiedica judecata lor profesională sau care ar putea crește riscul exploatării. Exemple de astfel de relații duale includ, dar nu se limitează la cercetare și tratament al angajaților, studenților, supervizaților, prietenilor apropiați și rudeniilor. Intimitatea sexuală cu clienții nu este etică.

b) Când un psiholog este de acord să ofere serviciul unui client ca cerere a unei a treia părți, psihologii își asumă responsabilitatea clarificării acestei relații cu toate părțile implicate.

c) Atunci când necesitățile sau regulile unei organizații cer psihologilor să violeze aceste principii etice, psihologii vor clarifica

natura conflictului dintre aceste cerințe și aceste principii. Ei informează toate părțile implicate asupra responsabilităților etice ale psihologilor și acționează în consecință.

d) Psihologii fac aranjamente financiare în avans, astfel încât să păzească interesele clienților și care să fie foarte bine înțelese de către beneficiar. O mică parte din munca lor este retribuită foarte puțin sau este neretribuită.

e) Psihologii pun capăt unei relații clinice sau de consultație atunci când este clar că respectivul client nu beneficiază de pe urma acestei relații. Ei oferă ajutor consumatorului pentru a găsi o altă sursă de ajutor.

Principiul 7: Relațiile profesionale

Psihologii iau întotdeauna în considerație necesitățile, competențele și obligațiile colegilor lor din psihologie sau din alte profesii. Ei respectă prerogativele și obligațiile instituțiilor și ale organizațiilor cu care acești colegi sunt asociați.

a) Psihologii înțeleg ariile de competență ale profesiunilor relaționate. Ei folosesc toate resursele profesionale, tehnice și administrative care servesc în modul cel mai bun interesul consumatorilor. Absența unor relații normale cu alți lucrători profesionali nu îi degreavează pe psihologi de responsabilitatea asigurării pentru studenții lor a celui mai bun serviciu profesional și nici nu îi degreavează de obligația de a manifesta prevedere, răbdare și tact în obținerea ajutorului complementar sau alternativ necesar clienților.

b) Psihologii cunosc și iau în considerație tradițiile și practicile altor grupuri profesionale cu care ei lucrează și cooperează deplin cu astfel de

grupuri. Dacă un psiholog este contactat de către o persoană care deja primește servicii similare de la un alt profesionist, psihologul consideră cu atenție acea relație profesională și procedează cu prevedere și sensibilitate în ceea ce privește problemele terapeutice și bunăstarea clientului său. Psihologul discută aceste lucruri cu clientul, astfel încât să reducă mult riscul unei confuzii sau al unui conflict.

c) Psihologii care folosesc sau care supraveghează alți profesioniști, care se instruiesc, acceptă obligația de a facilita dezvoltarea profesională a acestora. Ei oferă condiții de lucru adecvate, evaluări la timp, consultații constructive și oportunități de experiență.

d) Psihologii nu exploatează relația lor profesională cu clienții, studenții, angajații sau cu participanții la cercetare în nici un fel. Psihologii nu se angajează în hărțuiri sexuale. Hărțuirea sexuală se definește în următorul fel: comentarii, gesturi sau contacte fizice de natură sexuală deliberate sau repetate, care nu sunt dorite de cealaltă parte implicată.

e) Psihologii asigură în conducerea activității de cercetare în instituții o autorizare adecvată. Ei sunt conștienți de obligațiile lor față de lucrătorii din cercetare și asigură primirea de către instituțiile gazdă de informații adecvate în legătură cu cercetarea și confirmarea adecvată a contribuțiilor lor. Celor care au participat la o publicație li se acordă credit de publicare în proporție cu contribuțiile lor profesionale. Contribuțiile profesionale majore făcute de mai multe persoane la un proiect comun sunt recunoscute ca având mai mulți autori, cu specificarea în fruntea listei a celui care a avut principala contribuție. Contribuțiile profesionale minore și ajutorul neprofesional clerical sau de astfel de natură poate fi confirmat, recunoscut, în notițe de subsol sau în declarații introductive.

Se mai pot face anumite citate, dar numai pentru materialele nepublicate sau pentru cele publicate care au influență directă asupra cercetării sau scrisului. Psihologii care compilează și prelucrează materiale ale altora, pentru publicare, vor publica materialul în numele grupului original, sau, dacă este necesar, cu propriul lor nume, apărând ca editor. Toți cei care contribuie trebuie confirmați și numiți.

f) Psihologii care au cunoștință de o încălcare a unui principiu etic făcută de un alt psiholog vor încerca să rezolve problema atrăgându-i atenția asupra comportamentului său. Dacă greșeala este de natură minoră sau pare să se datoreze unei lipse de sensibilitate, cunoștințe sau experiență o soluție mai puțin formală este întotdeauna necesară. Astfel de eforturi colective se fac cu sensibilitate față de dreptul la confidențialitate, care este implicat. Dacă această neregulă nu pare să cedeze unei soluții mai puțin formale sau este de o natură mai serioasă, atunci psihologul va aduce chestiunea în fața comisiei de etică și comportament profesional local, statal sau național al APA.

Principiul 8: Tehnicile de analiză

În dezvoltarea, publicarea și folosirea tehnicilor psihologice de analiză, psihologii fac eforturi pentru a promova interesul clientului. Ei evită folosirea abuzivă a rezultatelor de analiză. Ei respectă dreptul clientului de a ști rezultatele, de a cunoaște interpretările făcute și bazele concluziilor și recomandărilor psihologului. Psihologii fac eforturi pentru a menține securitatea testelor și a altor tehnici de analiză în limite legale. Ei se luptă pentru a asigura folosirea potrivită a tehnicilor de analiză de către alte persoane.

a) În folosirea tehnicilor de analiză, psihologii respectă dreptul clienților de a beneficia de explicații complete asupra naturii și scopului tehnicilor, într-o limbă ușor de înțeles, în afara cazurilor în care există excepții explicite, cunoscute și aprobate în avans. Explicațiile trebuie oferite de alții, psihologii stabilesc procedura de asigurare a unui caracter potrivit acestora.

b) Psihologii responsabili pentru asigurarea și standardizarea testelor psihologice și a altor tehnici de analiză folosesc proceduri științifice prestabilite și se supun standardelor relevante ale APA.

c) Psihologii indică în raportarea rezultatelor de analiză dacă au rezerve asupra validității sau gradului de încredere al acestora, datorită anumitor circumstanțe sau datorită nepotrivirii normelor pentru persoana testată. Psihologii luptă pentru ca rezultatele analizelor și repetărilor acestora să nu fie folosite greșit de către alții.

d) Psihologii recunosc că rezultatele analizelor pot deveni învechite. Ei fac eforturi pentru evitarea folosirii abuzive a normelor învechite.

e) Psihologii care oferă servicii de evaluare și interpretare sunt capabili de a da dovezi potrivite pentru validitatea programelor și procedurilor folosite în ajungerea la aceste interpretări. Oferirea publică a unui serviciu de interpretare automată este considerată consultație de la profesionist la profesionist. Psihologii fac toate eforturile pentru a evita utilizarea greșită a rapoartelor de analiză.

f) Psihologii nu încurajează și nu promovează folosirea tehnicilor de analiză psihologică de către persoane fără calificare prin predare, sponsorizare sau supraveghere.

Principiul 9: Cercetarea cu subiecți umani

Decizia de abordare a cercetării se bazează pe o judecată atentă a psihologului asupra posibilei contribuții la știința psihologică și la bunăstarea umană.

Odată ce a luat hotărârea de a conduce o cercetare, psihologul consideră direcțiile alternative în care energiile și resursele sale de cercetare vor putea fi investite. Pe baza acestei considerații, psihologul duce la bun sfârșit o investigație cu respect față de demnitatea și bunăstarea omanenilor care participă și deplina cunoștință față de regulamentele federale și statale, cât și față de standardele profesionale care guvernează conducerea unei activități de cercetare având subiecți umani.

a) Planificând un studiu, investigatorul are responsabilitatea de a evalua cu atenție acceptabilitatea sa etică. În măsura în care cântărirea valorilor științifice și umane sugerează un compromis de orice natură, investigatorul își ia obligația de a cere sfat etic și de a se conforma cerințelor stringente de protecție a drepturilor oamenilor care participă în proiect.

b) O grijă etică pentru investigator este considerarea gradului în care un participant la studiu este sau nu supus riscului.

c) Investigatorul are responsabilitatea de a asigura o practică etică în cercetare. Investigatorul este și responsabil pentru modul în care colaboratorii, asistenții și toți ceilalți îi tratează pe participanții la cercetare.

d) Cu excepția unei cercetări în care riscul este minim, investigatorul stabilește un acord clar și corect cu participanții la cercetare, înainte ca aceasta să înceapă, prin care se clarifică obligațiile și responsabilitățile fiecărei părți. Investigatorul are obligația de a onora toate promisiunile și angajamentele incluse în acest acord. Investigatorul informează

participanții asupra tuturor aspectelor cercetării care i-ar putea influența dacă să participe sau nu și le explică toate aspectele cercetării despre care participanții ar avea întrebări. Dacă nu sunt dezvăluite toate datele înainte de participare, sunt necesare măsuri adiționale de păstrare a bunăstării și demnității participanților la cercetare. Cercetarea cu copii sau cu participanți care au anumite handicapuri care le limitează înțelegerea și/sau comunicarea necesită anumite proceduri speciale.

e) Cerințele metodologice ale unui studiu pot folosi un anumit grad de escamotare (deghizare) necesar. Înainte de angajarea într-un astfel de studiu, investigatorul are anumite responsabilități:

1. să determine dacă folosirea unei anumite tehnici este sau nu determinată de valoarea prospectivă științifică și educațională sau aplicată a studiului.
2. să determine dacă procedurile alternative sunt disponibile, astfel încât să nu se folosească acel grad de escamotare al cercetării.
3. Să se asigure că participanții dispun de suficiente explicații, în timp util.

f) Investigatorul respectă libertatea individuală de a refuza participarea la cercetare sau dreptul de a se retrage al individului în orice moment. Obligația noastră de a proteja această libertate necesită o gândire atentă și considerație, atunci când investigatorul are autoritate și influență asupra participantului. Astfel de poziții de autoritate include, dar nu se limitează la situațiile în care participarea la cercetare este cerută ca parte a angajării sau în care participantul este client, student, angajat sau participant la cercetare.

g) Investigatorul protejează participantul de orice rău, disconfort fizic sau mental, sau pericol, care ar putea apărea în timpul procedurilor de cercetare. Dacă asemenea riscuri există, investigatorul informează pe participant dinainte. Procedurile de cercetare care pot cauza un rău serios, de durată, nu sunt folosite decât în cazul în care neutilizarea acestora ar putea să-l expună pe participant unui rău și mai mare sau în afară de cazul în care cercetarea ar avea un beneficiu foarte mare și în cazul în care consimțământul informat și voluntar este obținut de la fiecare participant. Participantul trebuie să fie informat asupra procedurii prin care el îl poate contacta pe investigator în timp util, în urma participării sale la proiect și să aibă acces la răspunsuri dacă are întrebări sau anumite îngrijorări.

h) După ce informațiile sunt culese, investigatorul oferă participantului informațiile despre natura studiului și încearcă să îndepărteze orice concepție greșită care ar putea să apară. Atunci când valori științifice sau umane justifică reținerea sau întârzierea acestei informații, investigatorul își ia o responsabilitate specială, de a monitoriza cercetarea și de a asigura că nu există consecințe dăunătoare pentru participant.

i) Când procedurile de participare au consecințe nedorite pentru participantul individual, investigatorul are responsabilitatea de a detecta și îndepărta sau corecta aceste consecințe cât și efectele pe termen lung.

j) Informațiile obținute despre un participant la cercetare în timpul unei investigații sunt confidențiale, în afară de cazul în care se convine de ambele părți în alt fel. Când există posibilitatea ca alte persoane să aibă acces la astfel de informații, aceasta, precum și modalitățile de protejare trebuie explicate participantului ca parte a procedurii de obținere a consimțământului informat.

Principiul 10: Grijă față de animale și folosirea lor

Un investigator al comportamentului animal luptă pentru a înainta în înțelegerea comportamentului instinctual și a principiilor acestui comportament și pentru a-și aduce o contribuție substanțială la îmbunătățirea sănătății și a bunăstării umane. În urmărirea acestor scopuri investigatorul asigură bunăstarea animalelor și le tratează în mod uman. Dacă nici o lege sau un anumit regulament nu prevăd un anumit lucru, atunci protecția unui animal depinde de conștiința investigatorului.

a) Achiziționarea, grija și folosirea animalelor se face în conformitate cu legile și regulamentele locale, federale, statale sau naționale.

b) Un psiholog, instruit în metode de cercetare și cu experiență în grija față de animalele de laborator, supraveghează îndeaproape procedurile care implică animalele și este responsabil de asigurarea confortului lor, a sănătății lor și a unui tratament decent.

c) Psihologii asigură ca toți cei care lucrează cu animale sub supravegherea lor să beneficieze de instrucțiuni explicite asupra metodelor experimentale și asupra manevrării, folosirii și întreținerii animalelor. Responsabilitățile și activitățile celor care participă într-un proiect de cercetare sunt conforme cu competențele lor.

d) Psihologii fac eforturi de a diminua disconfortul, boala sau durerea animalelor. O procedură care supune animalul la durere, stres sau privațiune poate fi folosită doar atunci când nu se poate apela la altceva, iar scopul este justificat de valoarea prospectivă științifică, educațională sau aplicată. Procedurile de chirurgie se aplică sub

anestezie; tehnicile de evitare a infecției și de diminuare a durerii sunt folosite în timpul și după operație.

e) Când este necesară uciderea animalului, aceasta se va face rapid și fără dureri.

*

Trebuie să observăm, în final, că în lumina ontologiei de bază adusă de Psihologia Ființei, ***se interzice consilierului/ terapeutului/ psihologului a desfășura experimente de orice natură având ca rezultat supunerea animalelor sau plantelor la condiții provocatoare de durere, suferință, neliniște sau invaliditate cu bună știință*** (Legea Zootehniei, nr 72/2002).

De asemenea se va răspunde și pentru acele fapte produse din culpă, în sensul că se va avea în vedere în primul rând repararea prejudiciului prin repunerea în situația anterioară cât mai urgent cu putință și chiar prin îmbunătățirea condițiilor și standardelor de viață ale indivizilor sau speciilor prejudiciate, în acord cu cerințele naturale și proprii acestora.

Astfel, în baza legii amintite, se definesc unele aspecte relevante pentru înțelesul anumitor termeni, după cum urmează:

- a) durerea evitabilă este cauzată animalelor – spune legea – prin lovire sau accidente traumatice
- b) suferința, alta decât cea provocată de durere, este cauzată animalelor de înfometare, sete sau oboseală
- c) starea de neliniște este cauzată de privarea de libertate, prin legare defectuoasă sau încarcerare severă, singurătate, de introducerea în spațiul lor de viață a unor animale din alte specii sau din aceeași specie, fără o acomodare prealabilă, de senzația de pierdere a echilibrului, de zgomote puternice, de șocuri luminoase sau electrice

d) invaliditatea voită este cauzată animalelor prin lucrări experimentale.

Se interzice, de asemenea – în baza Psihologiei Ființei – luarea vieții oricărei ființe aparținând regnului animal sau uman, precum și exterminarea unui număr mare dintre indivizii unei specii vegetale, prin, sau în scopul desfășurării de experimente/ investigații, indiferent de natura acestora, sau de faptul că sunt săvârșite cu intenție ori din culpă.

2. Alte îndatoriri specifice

a)Confidențialitatea

Consilierul are acces la întreaga structură de personalitate a Clientului și chiar mai mult, la Natura sa intimă, la visele, aspirațiile, idealurile sau orientările acestuia, la eșecurile ori „petele negre” ale vieții sale, la cele mai secrete unghere ale ființei acestuia. Se înțelege astfel de ce această îndatorire de confidențialitate este primordială și esențială și totodată de ce, dintre toate domeniile, în Psihologia Ființei (și în Consiliere), ea este cu atât mai importantă: pentru că aici se lucrează în mod direct cu, și asupra **Ființei umane în devenire**, iar buna și corecta sa dezvoltare, de cele mai multe ori ține în mod cu totul deosebit de caracterul privat al întregului fenomen. Pentru că *Omul este ca o Rugăciune adresată Universului: trebuie făcută într-ascuns, în taina inimii.*

b)Îndatorirea de Comuniune

Consilierul trebuie să se implice cu toată ființa sa în activitatea sa de consiliere; să se manifeste și să pună în valoare la nivelul maxim

al competenței și profesionalismului, printr-o atitudine de dăruire și devotament total față de rezolvarea situației Clientului, dezvoltând o stare de empatie în raport cu ființa acestuia.

c)Crearea de ambient

Consilierul e dator să se identifice și să modeleze ambientul cel mai potrivit, adaptat la Client, de așa manieră încât rezultatele obținute să fie maxime, în funcție de parametrii operaționali: timp, loc, disponibilități psihice și financiare, conjuncturi și raporturi sociale etc.

d)Îndatorirea de a obține rezultate

Prin definiția sa activitatea de Consilier în Managementul calității Vieții și Condiției Umane, fiind axată pe Client, tot ceea ce contează este finalitatea, rezultatul. Încercările nu au nici o valoare pentru acesta. El își dorește rezolvarea situației, iar Consilierul trebuie să-i ofere rezultate, soluții, nu probe (a se vedea în acest sens și lucrarea noastră “Fundamentele consilierii...”).

e)Îndatorirea de a Cerceta

Consilierul nu este un simplu aplicant. Prin structura Ființei lui interioare și prin pregătirea teoretică și practică în Psihologia Ființei (așa cum s-a arătat mai sus) acesta dobândește capacitatea de a dezvolta noi tehnici și metode de lucru, de a descoperi noi concepte și profunzimi ale fenomenului uman, și tocmai de aceea îi revine sarcina de a-și manifesta aplicativ această capacitate, pentru ca, de roadele muncii și descoperirilor sale, să beneficieze toți colegii de breaslă și în principal Clienții în slujba cărora aceștia și-au pus voința, efortul și viața lor.

f) Îndatorirea de colegialitate

Constă atât în a oferi cât și în a solicita sprijin, susținere și asistență profesională din partea, sau pentru, colegii de breaslă, ori de câte ori se simte insuficient de pregătit pentru a soluționa o situație, ori observă această insuficiență la oricare dintre colegii săi. Pentru că, în Psihologia Ființei, Consilierii sunt o mare familie, precum un stup: ceea ce contează este „produsul finit”: mierea – Clientul, ce aparține deopotrivă și în egală măsură tuturor și care nu ar putea exista fără eforturile lor concertate și armonizate. Pentru că nu există specialiști perfecți, ci fiecare dezvoltă cu deosebire un anumit domeniu ori o anumită secvență de lucru, pentru care Natura sa interioară posedă în cea mai mare măsură potențialitățile și valențele specifice de afectare.

g) Îndatorirea de echivalență

Consilierul trebuie să privească toți oamenii cu dragoste, cu admirație și cu profund respect, indiferent de orice aparențe, manifestări sau deosebiri, obiective ori subiective, de genul: naționalitate, limbă, sex, vârstă, pregătire, mod de a fi și de a gândi, origine etnică, cultură etc.

h) Îndatorirea de echidistanță

Consilierul trebuie să păstreze mereu o atitudine obiectivă și echidistantă față de viața fizică și psihică a Clienților săi. Îi este puternic interzis amestecul problemelor personale cu cele profesionale, ori inferența în viața Clientului dincolo de limitele strict cerute de procesul consilierii.

i) Îndatorirea de autoperfecționare

Consilierul are obligația de a se pregăti continuu, de a progresa mereu, deopotrivă ca Ființă, ca membru al comunității sociale și ca profesionist în domeniul său.

i) Îi este interzis deasemenea Consilierului să solicite, să accepte ori să beneficieze, sub orice formă, de foloase personale, materiale sau spirituale, de pe urma consilierii (cu excepția renumerației plătite de Centrul în cadrul căruia activează) sau să profite în vreun fel, pentru sine sau pentru altul, de pe urma persoanei Clientului și situației în care acesta se află .

k) Consilierul nu poate refuza un Client decât pe motiv de insuficientă pregătire profesională și numai dacă există altcineva mai competent în materie, revenindu-i în acest caz îndatorirea de a orienta clientul spre acest profesionist

III. DREPTURILE GENERALE ALE CONSILIERULUI

Dacă vei lua crucea de bunăvoie, ea înseși te va îndruma și te va duce spre limanul dorit; dar dacă o vei lepăda, vei da de bună seamă peste alta poate încă și mai grea.
Toma de Kempis

Corelativ îndatoririlor expuse mai sus, consilierului îi revin următoarele drepturi, de altfel firești și derivate din specificul operațiunilor de consiliere/psihoterapie, din necesitatea accesului la anumite informații determinante pentru succesul întregii proceduri.

a) Dreptul de a cunoaște structura de Personalitate a Clientului precum și toți parametrii Ecuației sale Individuale (a se vedea “Psihologia Ființei”).

b) Dreptul de a determina Nivelul Conștiinței și implicit Gradul de Evoluție al fiecărui Client.

Acest fapt constituie o componentă esențială a procesului de consiliere. Însă corelativ, trebuie reținută îndatorirea Consilierului de confidențialitate absolută în limitele impuse de voința Clientului (dacă acesta solicită, ori acceptă, informațiile privind nivelul evoluției personale pot fi date publicității, de exemplu sub forma exemplificărilor în materialele de specialitate).

Confidențialitatea absolută este necesară pentru a preîntâmpina manifestările deviate ale comunității umane (ale oamenilor individual și colectiv) derivând din neînțelegerea corespunzătoare a specificului, utilității și necesității, a rostului fiecărui grad evolutiv, precum și a Principiilor Evoluției Universale, dintre care unul este acela al egalității tuturor Ființelor-elevi la Școala Devenirii, indiferent de „clasa” în care se încadrează la un moment dat în procesul lor de dezvoltare individuală.

c) Dreptul de a folosi orice tehnică, metodă, conținut de cunoaștere (teorie, doctrină, dogmă, mit, fantezie etc) sau orice instrument de lucru, dacă e justificat în mod concret de eficiență, necesitatea, oportunitatea și aplicabilitatea la cazul dat. Pentru că, în consiliere nu contează încercările, ci numai rezultatele.

d) Dreptul de a folosi ambientul potrivit fiecărui caz în parte, potrivit propriei sale aprecieri și experimente, în aceleași limite prevăzute la punctul c).

Consilierea în Managementul calității Vieții și Condiției Umane nu este dependentă nici de loc sau de timp, nici de alte aspecte exterioare ființei Clientului. Având în vedere caracterul de maximă flexibilitate și adaptabilitate, precum și specificul educațional corelat cu necesitatea obținerii rezultatului, a finalității, Consilierul este liber să-și creeze ori aleagă ambientul considerat cel mai eficient ori adecvat metodelor sale de lucru

ANEXA I

TITLURI ÎN COMPLETAREA PREZENTULUI VOLUM

A. Autori români

1. Bolile psiho-morale sau pierderea sensului vieții – Olivian Pașcanu
2. Teoria și practica consilierii – Petru Lisievici
3. Psihologia Ființei - Institutul Internațional pentru Dezvoltare Umană și Comunitară (coord. Aurelian Burcu)
4. Centrul de Consultanță în Managementul calității Vieții și Condiției Umane - Institutul Internațional pentru Dezvoltare Umană și Comunitară (coord. Aurelian Burcu)
5. Fundamentele Consilierii în Managementul calității Vieții și Condiției – Institutul Internațional pentru Dezvoltare Umană și Comunitară (coord. Aurelian Burcu)
6. Centrul de consultanță în afaceri – C. Mănescu
7. Consiliere educațională – Ana Băban
8. Autovindecarea prin spirit, suflet și plante – Olivian Pașcanu
9. Ameliorarea performanțelor individuale prin tehnici de psihoterapie – Irina Holdevici
10. Psihologie operatorie: teorie, evaluare, terapie – C. Țapu
11. Elemente de psihoterapie integrativă – P. Dafinoiu
12. Incursiune în autoterapia asistată – A. Moreanu
13. Psihoterapiile scurte – Irina Holdevici
14. Tehnici de sfătuire/consiliere – Constantin Oancea
15. Elemente de psihoterapie – Irina Holdevici
16. Psihoterapii moderne: noua hipnoză eriksoniană – Irina Holdevici
17. Curs practic de hipnoză – C. Nicolau
18. Psihologia transcendentului – Felicia Munteanu
19. Jocurile conștiinței sau Terapia Unificării – Iolanda Mitrofan
20. Metode de psihoterapie – N. Vandici
21. Psihoterapie – G. Ionescu
22. Timiditatea și terapia ei – E. Dimitriu
23. Reprezentarea socială a psihoterapeutului – Roxana Brânzei
24. Optimizarea comportamentului profesional – C. Nedelcea
25. Elemente de psihologie a cuplului – Iolanda Mitrofan
26. Psihologia sinelui. Un pelerinaj spre centrul ființei – Ion Mânzat
27. Psihologia credinței religioase. Transconștiința umană – Ion Mânzat
28. Psihologia personalității – M Stoica
29. Psihologia persoanei – Nicolae Mărgineanu
30. Re-introducere în personalitate – C. Leu
31. Psihologia schimbării și a educației – A.D. Toader
32. Psihologia generală și a educației – V. Oprescu
33. Psihologia selecției și formării profesionale – H. Pitariu
34. Psihologia și viața cotidiană – V. Ceaușu
35. Elemente de etică și deontologie – Carmen Cozma
36. Introducere în psihologia orientală – Ion Mânzat
37. Sinele și cunoașterea lui – Petru Iluț
38. De la geneza personalității la trăirea transcendentală – A. Moca
39. Psihologia: vocație și profesie – A. Stoica
40. Psihologia generală și dezvoltării – N. Jurcanu
41. Puterea suflătească – C. Rădulescu-Motru
42. Curs de psihologie - C. Rădulescu-Motru
43. Personalismul energetic - C. Rădulescu-Motru
44. Culmi și abisuri ale personalității – Vasile Pavelcu
45. Cunoașterea de sine și cunoașterea personalității - Vasile Pavelcu
46. Drama psihologiei - Vasile Pavelcu
47. Psihologia cunoașterii: îndrumar de psihologie spirituală – Felicia Munteanu
48. Psihologia mediului – C.C. Ioan
49. Elemente de psihologie a cuplului – Iolanda Mitrofan
50. Secretele cuplului ideal – A. Gheorghiu
51. Armonia cuplului: căi și răscruci în viața familială – S. Gavra
52. Consiliere familială – L. Șoitu
53. În câte feluri se poate suferi din dragoste – R. Grindea
54. Există iubiri fericite? Psihologia relațiilor de cuplu – G. Corneanu
55. Știința conștiinței – C. Trandafir
56. Știința la sfârșit de mileniu – Academia Oamenilor de Știință din România (Coord. V. Cădea)
57. Studii și eseuri filosofice – D.D. Roșca
58. Tratat de creatologie – T.D. Stănculescu, I. Moraru, V. Belous
59. Altarul științei și al spiritului – Teodor Maghiar
60. Știința pentru secolul XXI – V. Popa
61. Istoria pedagogiei: idei și doctrine fundamentale – C. Cucos
62. În căutarea educației autentice – G. Albu
63. Comoara lăuntrică – J. Delors
64. Facerea: tratat despre Ființă – Corneliu Mircea
65. Carte de înțelepciune – Constantin Noica
66. Știință și religie – Basarab Nicolescu
67. Filosofia educației pentru schimbare – V. Cojocaru
68. Psihologia cunoașterii – Felicia Munteanu
69. Jocurile conștiinței – Iolanda Mitrofan
70. Buddha: esența învățăturilor sale – Liviu Gheorghe
71. Esoterismul și cosmogonia marilor religii – A. Popescu-Bălcești

72. Criterium de sinteză spirituală – George Dulcu
73. Viața și moartea în rațiunea Universului – Bogdan Delavrancea
74. Din tainele Vieții și ale Universului – Scarlat demetrescu
75. Sfere cerești – Adam Ramon
76. Evanghelia eseneeană a păcii – Edmond Szekely-Bordeau
77. Daoismul prin scrierile și practicile sale – M. & C. Lupeanu
78. Cer și destin – Armand Călinescu
79. Evoluția spiritului după moarte – Aurel Popescu-Bălcești
80. Antologie filosofică – Nicolae Bagdasar
81. Teoria comunității umane – Traian Brăileanu
82. Calitatea vieții și explorarea viitorului – Pavel Apostol
83. Calitatea vieții umane – Ștefan Lanțos
84. Calitatea vieții: teorie și practică socială – Institutul Național pentru Calitatea Vieții (coord. Cătălin Zamfir)
85. Condiția umană: aspectele ei bio-psiho-sociale – Nicolae Mărginean
86. Condiția umană și reconstrucția personalității – Oltea Miștor & col.
87. Condiția umană din perspectiva vieții cotidiene – Petru Pânzaru
88. Viața sub privirile filosofiei și ale științelor moderne – Petru Pânzaru
89. Curs de psihologie: dezvoltarea psihică umană – M. Dumitriu
90. Modul de viață și calitatea vieții – Cătălin Zamfir & col
91. Stiluri de viață - Cătălin Zamfir & col
92. Omul sub semnul posibilului – I. Răceanu
93. Eu-l și personalitatea – Mielu Zlate
94. Semnificația și simbolurile culorilor – Dona Grigoruță
95. Sfatul culorilor – C. Vinte
96. Culori vindecătoare – L. Bulus
97. Cromoterapia – Gregorian Bivolaru
98. Limbajul culorilor și al formelor – Dan Mihăilescu
99. Bioritmuri – D. Dumitrescu
100. Bioritmurile și viața cotidiană – M. Bordea
101. Terapia florală – I. Lascăr
102. Imaginea de sine – Nicolae Vartan
103. Chestionarele de personalitate în evaluarea psihologică – Mihaela Minulescu
104. Teste de autocunoaștere – Victor Bodo
105. 29 de teste pentru cunoașterea de sine – Adrian Neculau
106. 26 de teste pentru cunoașterea celuilalt - Adrian Neculau
107. Psihoteste: cunoașterea de sine și a celorlalți – I. Coman
108. Metode de psihoterapie (teste) – V. Horghidan
109. Revoluția sexuală: 18+18 teste de evidențiere a compatibilității între parteneri – Victor Bodo
110. Construirea și utilizarea testelor psihologice – Monica Albu
111. Teste Karmice – Victor Bodo
112. Enciclopedia semnelor și simbolurilor culturale – Ivan Evseev

113. Astrologia practică – Adrian Cotrobescu
114. Astrologia generațiilor – Irina Riță
115. Astrologia în noua eră (ed. a III-a) – Dan Ciupercă
116. Astrologia natală – Alexandru Nicoloci
117. Astrologia financiară pentru oameni de afaceri – Alexandru Nicoloci
118. Astrologia medicală – Alexandru Nicoloci
119. Zodiacele Chineze – Victor Ionescu
120. Numerele vii – Firicel Ciarnău
121. Tratat de grafologie – Andrei Athanasiasu
122. Tratat practic de grafologie – M. Negru
123. Grafologie: scrisul și omul – Nae Ionescu
124. Scrisul: oglinda personalității – A. Frățilă
125. Psihologia ordinii: cunoașterea omului prin forme – C. Șofronie
126. Prenumele și caracterul – Sofia
127. Cartea viselor – Dorin Popovici
128. Caracterul uman exprimat prin dermatoglife – M. Isvoranu
129. Artă de a comunica – Dan Popescu
130. Personalitate și comunicare: tactici de influență interpersonală – A. Petru
131. Personalitate și profesie – A. Nirestean
132. Relații publice: principii și strategii – C. Coman
133. Psihologia reclamei: publicitate în afaceri – M. Moldoveanu
134. Managementul relațiilor cu publicul – S. Olaru
135. Relații publice și comunicare – S. Șerb
136. Relații publice: succes și credibilitate – V. Stancu
137. Psihopedagogia succesului – C. Crețu
138. Cum ne ținem eul – G. Costandache
139. Cheile succesului – Pavel Coruț
140. Cartea adolescentului – Pavel Coruț
141. Ghidul vieții sănătoase – Pavel Coruț
142. Cartea creației – Pavel Coruț
143. Secretele succesului în viață – C. Alexandru
144. Secretele succesului și împlinirii în viață – C. Aradavaicea
145. Tehnici de manipulare – Bogdan Firceac
146. Ghidul afacerilor mici – C. Creană
147. Conducerea afacerilor – Dan Popescu
148. Enciclopedia managerială – Constantin Sasu
149. Tainele reușitei în micile afaceri – C. Sasu
150. Ghidul managerului eficient – Ovidiu Nicolescu
151. Ghidul întreprinzătorului particular – F. Bota
152. Management pentru întreprinzători – P. Sandu

B. Autori străini

1. Descoperirea și realizarea rațiunii de a fi – Alain Houel
2. Omul în căutarea sensului vieții – Viktor Frankl
3. Arta de a iubi – Erich Fromm
4. Fuga de libertate – Erich Fromm
5. Buddhism și psihanaliză – Erich Fromm
6. Sensul vieții – Alfred Adler
7. Cunoașterea omului - Alfred Adler
8. Tratat practic de cunoaștere a omului – Gaston Gerger
9. Descifrarea comportamentului uman – Hans Eysenck
10. Manualul consilierului spiritual creștin – Jay Adams
11. Ghid de consiliere a tinerilor – Mc. Dowell
12. Cum se formează copii noștri: personalitate, familie, educație – D. Nolte
13. Despre ancorare. Introducere în psihologia consilierii – S. Dekoven
14. Practica psihanalizei – Sigmund Freud
15. Caracterologie: cele 10 sisteme de bază – J.P.Joues
16. Sinele ascuns – Maya Pilkington
17. Descifrarea comportamentului uman – Hans Eysenck
18. Cum să ne calculăm coeficientul de personalitate – G.Senger; W.Hoffmann
19. Descoperirea propriei personalități – Paul Tieger
20. Personalitate plus – Florence Littauer
21. Personalitate și temperament: ghidul tipurilor psihologice – L. Hedge & col.
22. Structura și dezvoltarea personalității – Gordon Allport
23. Tipuri psihologice – Carl Gustav Jung
24. Tipuri mentale: o încercare de înțelegere a conștiinței – C. Denuett
25. Psihologia stilurilor de gândire și acțiune umană – M. Kramer
26. Funcția religioasă a psihicului – L. Corbett
27. Psihologia evoluției posibile a omului – P.D. Ouspensky
28. Filosofia esoterică a Indiei – J.C. Chatterji
29. Evoluția ocultă a umanității – C. Jinarajadasa
30. Cartea spiritelor – Allan Kardec
31. Știință și magie – Serena Roney Dougal
32. Cosmogonia rosicruciană – Max Heindell
33. Evoluția divină – Edouard Schure
34. Buddhismul esoteric – P. Sinett
35. Plenitudinea lumii și ordinea ei – David Bohm
36. Taofizica – Fritjof Capra
37. Sfârșitul timpului – Krishnamurti & Bohm
38. Fenomenul uman – Theillard de Chardin
39. În căutarea miraculosului: fragmente dintr-o învățătură necunoscută – P.D. Uspensky
40. Tao în aforisme – Zuang Zi

41. Calea zen – Allan Watts
42. Cărțile sfinte – Fernand Comte
43. Gnoza de la Princeton – Raymond Ruyer
44. Marile doctrine: economice, politice, religioase etc – F. Braunstein & col
45. Omul modern și educația sa – Gaston Berger
46. Omul plural: către o sociologie psihologică – B. Lahire
47. Comoara lăuntrică – Jacques Delors
48. A învăța să fii – Edgar Faure
49. Criza spiritului – Paul Valery
50. Didactica Magna – Amos Comenius
51. Psihologie și pedagogie – Jean Piaget
52. Înțelepciunea și iluziile filosofiei – Jean Piaget
53. Capitalul Uman – Gary Becker
54. Ascensiunea Occidentului: o istorie a comunității umane – W. Mc. Neill
55. Scrieri din tinerețe – Karl Marx
56. Individul și devenirea lumii – Julis Evola
57. Istoria gândirii și credințelor religioase (v 1-3) – Mircea Eliade
58. Marele lanț al Ființei: istoria ideii de plenitudine de la Platon la Schelling – W.Janos
59. Enciclopedia Științelor Oculte - ***
60. Mistica: studiu despre natura și dezvoltarea conștiinței spirituale a omului – Evelinn Underhill
61. Enciclopedia doctrinelor mistice – M.M. Davy
62. Istoria Filosofiei Oculte – Alexandrian
63. Știința Secretă – Papus
64. Știință și credință – J. Lonchamp
65. Universul lui Edgar Cayce – Dorothe Coechlin de Bizemont
66. Evoluția gândirii din vremurile biblice până în epoca modernă – J.B.Agus
67. Nemurirea sufletului și evoluția sa după moarte – P.Cornilier
68. Orient și occident: o istorie comparată a ideilor – Hajime Nakamura
69. Religiiile lumii – Jean Delumeau & col
70. Filosofii Indiei – Heinrich Zimmer
71. Zen: nouă texte - Dogen
72. Dicționar de simboluri – J. Chevallier
73. Simboluri ale științei sacre – Rene Guenon
74. Simboluri ale transformării (vol. 1-2) – Carl Gustav Jung
75. Psihologie și alchimie - Carl Gustav Jung
76. Psihologie și astrologie - Carl Gustav Jung
77. Nemurire și reîncarnare – Alexandra David-Neel
78. Epoca maselor: tratat istoric asupra psihologiei maselor – Serge Moscovici
79. Psihologia socială sau mașina de fabricat zei – Serge Moscovici
80. Căutătorii: istoria căutării continue a omului pentru a înțelege lumea sa – D. Boorstein
81. Psihologia comunității – J. Orford

82. Despre cunoașterea maselor – M. Rouquette
83. Noua psihologie – Robert Mucchielli
84. Științele secrete – Paul Andreas
85. Mistica: studii despre natura și dezvoltarea conștiinței – Evellin Underhill
86. Sacrul – J. Wunenburger
87. Omul și îngerul său – Henry Corbin
88. Cunoașterea spirituală – Nee Watchmann
89. Împotriva profanării eului – J. Lusseiran
90. Despre suflet – Aristotel
91. Despre destin – Alberti Magni
92. Vindecarea prin culoare – Ted Andrews
93. Contribuții la teoria culorilor – Goethe
94. Elemente de Chakra – N. Ozanciuc
95. Dublul eteric și fenomenele conexe – Arthur E. Powell
96. Inițiere în terapia chakrelor – D. Diemer
97. Ki: energia vitală – B. Briant
98. Chi Cung : cultivarea energiei personale – J. Mc. Richte
99. Cum să-ți folosești puterile de vindecare – J. Murphy
Vindecarea prin energia palmelor – Kushi Michio
100. Reiki tradițional: metoda de vindecare Ushui – Dumitru Hristenco
101. Interpretarea Viselor - Carl Gustav Jung
102. Uitata cheie a viselor – Noemi Bonheur
103. Carte de vise: tălmăcirea a peste 1300 de vise - ***
104. Cartea cristalelor – Da El Walker
105. Negociați în stil Feng-Shui – Jose Armilla
106. Feng Shui și arta culorilor – Lin Yan & col
107. Manual de Feng-Shui – Lin Jami
108. Filosofia vestimentației – Th. Carlyle
109. Trilogia horoscopului personal – Gabriel Mihailovici
110. Maga egipteană: metoda întocmirii horoscopului în tradiția egipteană – P. Christian
111. Zodiac universal – Dorian Green
112. Zodiacul european – Yv De Rotherdam
113. Zodiacul – Andre Barbault
114. Secretele astrologiei chinezești – Kwan Lan
115. Horoscopul zilelor de naștere întocmit pe criterii numerologice – M. Katakhar
116. Planetele care ne guvernează – N. Juliens
117. Astrologia și relațiile umane – P. Lassalle
118. Incursiune în astronumerologie – Michele Perras
119. Numerologia magică – Gladis Lobos
120. Elementele spirituale ale numerelor – E. Bindell
121. Elemente de numerologie – R. Barrat
122. Numerele vă decid viața – V. Birkenbihl

123. Numerologia – J. Fermier
124. Incursiune în numerologie – C Fortier
125. Numerele în destinul dvs.: abc numerologic – D Prepeliceanu & col.
126. Fața omului și caracterul – Roger Mucchielli
127. Limbajul corpului pentru manageri – H. Ruckle
128. Limbajul trupului – Allan Pease
129. Structura corpului și caracterul – E. Kretschmer
130. Inițiere în grafologie – Claude Santoy
131. Scrisul și spiritul – Noemi Bonheur
132. Grafologie practică – P. Cash
133. Scrisul și caracterul – Joulieu Jamin
134. Ce ți-e scris în palmă ți-e pus – D. Warren-Davis
135. Elemente de chiromanție modernă – Lori Reid
136. De la viețile trecute la cele viitoare – Pierre Drout
137. Cartea completă a prezicerilor – Diagram Group
138. Incursiune în psihoterapie: cum să ne alegem psihoterapeutul – P. Traube
139. Psihoterapiile: terapia potrivită fiecărui pacient – W. Hubber
140. Psihoterapia ca sistem – S. Mc. Daniel
141. Terapia cognitivă – Ph. Brinster
142. Tehnici de concentrare – D. Seigny
143. Tehnici de meditație – Marc de Smedt
144. Practica meditației – Swami Sivananda
145. Tehnicile Mind-Store – J. Black
146. Manual de meditație – David Fontana
147. Meditația - Osho
148. Puterea gândirii pozitive – N. Vincent
149. Cum să evităm eșecurile: metode și tehnici de psihoterapie – R. Marti
150. Ghid practic de formare profesională – D. Noye
151. Cum să ne purtăm cu personalitățile dificile – F. Leonard
152. Autoanaliza – Karen Horney
153. Terapia bolilor spirituale – J.C. Larchet
154. Miracolul motivației – G. Shinn
155. Pași simpli către vise imposibile – S. Scott
156. Testul arborelui – Denis de Castilla
157. Secretele căsniciei fericite – Zig Zigar
158. Bărbații sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus – J. Gray
159. Despre înțelepciunea iubirii conjugale – Emanuel Swedenborg
160. Viitorul familiei – C. Hardiment
161. Trup și suflet: sfaturi pentru o viață fericită în doi – C. Iabel
162. Teste de iubire spre o viață de cuplu armonioasă – V. Rutter
163. Un singur trup: Aventura mistică a cuplului – M. Laroche
164. Limbajul trupului în relația de cuplu – D. Coehen
165. Codul manierelor în afaceri – Letitia Baldrige

166. Cum să vorbim în public – Dale Carnegie
167. Limbajul vorbirii; arta conversației – Allan Pease
168. Artă de a vorbi în public – N. Pacout
169. Antrenamentul comunicării sau arta de a ne integra – V. Birkenbihl
170. Cum să îi citești pe ceilalți - Kate Keenan
171. NLP: calea succesului – A. Szekely
172. Relații publice: imagine și reputație – A. Ritt
173. Manipularea în relații publice – A. du Moullin
174. Artă de a influența – Robert Mucchielli
175. Profesiunea de relaționist – B. Dagenais
176. Cum să prezentăm – Tim Hindle
177. Tratat de manipulare – Jean Beauvois
178. Modelarea vieții – W. Grant
179. Artă de a reuși în viață – Dale Carnegie
180. O călăuză sigură: 8 pași către împlinirea în viață – John Chafee
181. Putere nemărginită: știința dezvoltării personale – Antony Robins
182. Calea fericirii: propria noastră reeducare – V. Panchet
183. Curs practic de încredere TM: șapte pași spre împlinirea personală – W. Anderson
184. 10 reguli de încălcat și 10 reguli de respectat; ce trebuie să faceți pentru a vă trasa propriul destin – Bill Quain
185. Seducția: artă de a cuceri – T. Wren
186. Dibcolo de vârf – Zig Ziglar
187. Eficiența în șapte trepte sau un abecedar al înțelepciunii – S. R. Covey
188. Cele 21 de calități ale liderului – J.C. Maxwell
189. Cele 21 de legi supreme ale liderului – J.C. Maxwell
190. Atitudinea învingătorului – J.C. Maxwell
191. Cum să devii o persoană cu influență – J.C. Maxwell
192. Cum să fii un bun manager – Kate Keenan
193. Ghid practic pentru conducere – C. Wilson
194. Dezvoltă liderul din tine – J.C. Maxwell
195. 30 de minute pentru a învăța cum să faci cea mai bună impresie – E. Sampson
196. Ponturi și trucuri în afaceri – J. Manacuso
197. Cum se naște o afacere de succes – Rentrop & Straton
198. Planul de marketing pas cu pas - Rentrop & Straton
199. Cum să îți organizezi timpul - Rentrop & Straton
200. Cum să selectezi personalul - Kate Keenan
201. Reflecții pentru manageri – B. Hyland

ANEXA II

DEFINIȚII ALE CONSILIERULUI-PSIHOTERAPEUT

Reprezentative pentru percepția de către client a persoanei consilierului-terapeut sunt și următoarele “definiții” și opinii culese de Roxana Brânzei din rândul studenților – viitori profesioniști în domeniu:

“Pe drumul vieții rătăcit

De unul singur și-n amar,

Un om în cale-am întâlnit

Cu chip de sfânt de pe altar.

Și-am mers apoi pe lângă el,

Eu îi vorbeam, el m-asculta,

Și drumul lung mai mititel

Și mai ușor mi se părea.

Mergând așa mă mai oprea

Din când în când, la o răscruce,

Căci slăbiciunea mi-o simțea

Precum Iisus purta o cruce.

Și omul mi-a luat povara

Cu zâmbetu-i curat și-un sfat:

<Să nu ai teamă, vine vara

Și sufletului tău iernat.

*Ca-n scrânciob toți suntem în viață
Ce te doboară te ridică.>
Și-atunci , vazând ce am în față,
Am început să-mi pierd din frică.*

*Și n-o să-l uit pe acest om
Trimis din lumea celor sfinți
Cum a fost Sfântul Spiridon
<Doctor fără de arginți.> “*

“A deține acele calități umane și profesionale care să-ți permită să ajuți o persoană aflată în dificultate să se înțeleagă pe sine, să regăsească sensul pierdut al vieții.”

“A fi psihoterapeut înseamnă a deține calitățile personale și abilitățile profesionale care să asigure eficiența abordării terapeutice a tulburărilor psihice prin mijloacele, tehnicile și metodele psihoterapiei.”

“Specialist în psihoterapie, care tratează diferite boli psihice apelând la anumite metode de psihoterapie”

“Persoana care are statutul, pregătirea, dreptul și obligația de a practica psihoterapia ca metodă terapeutică.”

“O persoană specializată care, folosind metode și tehnici specifice, ajută la rezolvarea problemelor cu implicație psihologică.”

“Specialistul ce utilizează metode psihoterapeutice în scopul vindecării unor tulburări, afecțiuni psihice sau oferă sprijinul (susținerea) persoanelor care îl solicită.”

“Persoana cu pregătire psihologică sau psihiatrică, care poate ajuta o persoană să depășească o problemă de ordin psihic.”

“A acorda ajutor calificat unor persoane cu probleme de ordin psihic sau aflate în perioade critice (deces, abandon etc.)”.

“A fi psihoterapeut înseamnă a avea o disponibilitate pentru a asculta, a înțelege și a ajuta persoane care au diferite probleme.”

“Să privești lumea prin ochii pacientului: să o vezi strâmb, dar să corectezi imaginea și să o înțelegi drept.”

“A înțelege deslușit problema clientului, a alege mijloacele necesare pentru a o rezolva și a ști să lucrezi cu ele, cu scopul de a ajuta clientul să-și redefiniească și să-și reconsidere situația, a-l face capabil să găsească propriile soluții la problemă, pe un fond de înțelegere, considerare și încredere între el și client.”

“Persoana competentă în a găsi invariabilul în individual și a determina modificări cognitiv-comportamentale asupra individului motivat pentru schimbarea proprie.”

“Umăr pentru lacrimi.”

“Seif pentru problemele celorlalți.”

“Semn de circulație (indicator) pentru cei dezorientați.”

“Preotul oamenilor laici.”

“Doctor de suflete.”

“A fi psihoterapeut înseamnă a-l ajuta pe cel care solicită să se autocunoască și a-i deschide perspectiva posibilităților de schimbare.”

“A te ocupa cu terapia problemelor din domeniul psihologic. A fi un om de încredere (cu o înaltă ținută morală), un om cu <delicatețe sufletească>, un om care să ajute fără a judeca/valoriza comportamentul celorlalți.”

“A face terapie prin tăcere și cuvânt.”

“Curiozitate plus necesitate de a ajuta.”

“O persoană specializată pentru a aplica diferite tehnici psihoterapeutice persoanelor cu nevoi speciale.”

“A reuși să înțeleagă corect problema clientului, pentru a ameliora atitudinea în fața realității, a-l scoate din criza pe care o traversează

modificându-i opiniile și credințele eronate despre ea; a arăta clientului potențialul regenerant și calitățile lui, de care depind adaptarea și integrarea sa.”

“ Persoană echilibrată psihic, care știe să asculte pacientul, să-l facă să se destăinuie și să-i câștige încrederea; indiferent de starea de sănătate a pacientului, psihoterapeutul trebuie să-l convingă că se va face bine.”

“A fi psihoterapeut înseamnă a înțelege sufletul uman, a trata componenta psihică din cadrul bolilor, a avea capacitatea de a-i reda omului speranță, curaj, încredere în sine.”

“Psihoterapeutul reprezintă o persoană care știe să te asculte, cu care poți vorbi deschis despre problemele tale, te poate înțelege și îndruma, îți deschide drumul spre cunoaștere fără a încerca să te catalogheze, totuși, după propriul său mod de a gândi. “

“O persoană care, acționând asupra stării psihice (prin conversație, hipnotism, sugestie), influențează spre vindecare evoluția unor boli psihice, dar și a celor somatice.”

“A ști să ascuți, a avea un echilibru psihic și afectiv, a ști să comunici, a fi inteligent, a ști să manipulezi oamenii.”

“A practica o terapie prin conversații deschise.”

“Un om care prin sfaturile, sugestiile sale să poată, dacă nu să vindece, măcar să elibereze clientul de anumite trăiri ce-i stăpânesc personalitatea.”

“Descurcă mintea individului și-l pune pe linia de plutire din punct de vedere psiho-afectiv.”

“Cel care folosește drept medicament cuvântul.”

“Psihoterapeut – cel care te ajută să te înțelegi și să treci peste <neliniștile> tale.”

“Psihoterapeutul este o persoană care poate vindeca anumite boli psihice, pe baza instrucției sale și prin metode neinvazive.”

“Un(o) individ(ă) care se ocupă cu rezolvarea belezelor sau a problemelor generate de activitatea sau inactivitatea unor semeni. “

ANEXA III

TIPURI DE PSIHOTERAPII

După Vasile Mihăescu

Într-o lucrare anterioară (Wirsching, M.; Mihăescu, V., 1995), ne propuneam prezentarea diferitelor orientări în psihoterapie, având în vedere că scopul lor este același. Necesitatea cunoașterii în mare a acestor orientări ni se pare că este cu atât mai necesară, cu cât psihoterapia în sistem familial, secvențial, recurge, în mod declarat sau nu, la ele.

1. TERAPIA GESTALT

Fondatorul Gestalt-terapiei, Frederick Fritz S. Perls, este celebru mai ales prin două dintre multele sale lucrări: ***“Dialoguri despre Gestalt-terapie”*** și ***“Dinăuntrul și în afara grămezii de gunoi”***.

Gestalt-terapia se concentrează asupra persoanei/individului. Două idei trebuie reținute:

a) oamenii sunt auto-determinați, străduindu-se să se afirme;

b) *gestalt* sugerează că oamenii sunt un întreg, o unitate alcătuită din părți aflate în inter-relații (emoții, senzații, percepții, gânduri); oricare dintre aceste părți poate fi înțeleasă numai în cadrul contextului întregii persoane.

Perls descrie trei elemente cheie ale terapiei Gestalt.

1. Perspectiva existentială-fenomenologică

În această perspectivă gestalt-terapeutul încearcă să-și înțeleagă și ajute pacienții/ clienții, în ideea de a-și afla sensul propriei lor existențe .

2. Susținerea pacientului /clientului spre a trece de la dependență la starea de independență

Perls susține, deci, că pacienții/clientii trebuie să întreprindă schimbarea de la dependență, unde este vorba de sprijinul mediului exterior, la autonomie, adică autosusținere. Pacienții/clientii, care caută “consilierea”, tind să aștepte sprijinul din exterior, cum ar fi încurajările consilierului.

În ciuda faptului că pacienții/clientii tind să reziste schimbării spre autonomie, însăși ideea de schimbare fiind înspăimântătoare, gestalt-terapeutul evită să întărească nevoia de dependență a pacienților/clientilor.

3. Integrarea și concentrarea asupra prezentului

Perls considera că nu există nimic în afara prezentului. Auto-afirmarea este centrată pe prezent și nu pe viitor, care abia urmează să se desfășoare. Auto-afirmarea impune o profundă ancorare în prezent – ACUM – a pacienților/clientilor, atrăgând “obligativitatea” de a fi cât mai conștienți de experiențele prin care trec. În viziunea autorului își face loc atunci când pacientul/clientul nu este absorbit de prezent, ci când este preocupat de viitor. În acest caz îngrijorarea excesivă duce la pierderea legăturii cu realitatea. Dificultățile, conflictele din trecut, nerezolvate, pot conduce la sentimente de vinovăție sau resentimente.

Resentimentul pare cel mai grav și mai frecvent tip de problemă nerezolvată. Perls considera că resentimentul neexprimat se concretizează într-un sentiment de vinovăție.

De exemplu: un bărbat află despre o aventură a soției lui. Devine furios și disprețuitor. Din nefericire, el nu-și exprimă resentimentul. În schimb, își pune întrebări referitoare la cum ar fi trebuit să prevină acea aventură, ceea ce duce la sentimentul de vinovăție.

Procesul psihoterapeutic

În cadrul terapiei Gestalt, procesul psihoterapeutic este centrat pe experiență, pe ceea ce se întâmplă “acum și aici”. Important este ceea ce se percepe și se simte direct. Terapia Gestalt implică un dialog între terapeut și pacient/client, unde pacientul/clientul trăiește din interior, ceea ce terapeutul observă din exterior.

Singurul scop al terapiei Gestalt este **conștientizarea**, care include cunoașterea mediului, acceptarea responsabilității pentru alegerile făcute, auto-cunoașterea, auto-acceptarea.

Tehnici folosite în cadrul procesului psihoterapeutic

Levitsky și Simkin sugerează ideea că este esențial pentru psihoterapeuți să fie autentici, originali, din moment ce nu pot să predea ceea ce nu știu. Institutele de Gestalt-terapie își axează pregătirea pe ideea că studenții/stagiarii trebuie să joace rolul pacientului (tocmai în sensul de a-l înțelege). Tehnicile pe care le prezentăm sunt de referință.

a) Asumarea responsabilității – tehnica în care pacientului/clientului i se impune să reformuleze o afirmație și să-și asume responsabilitatea.

De exemplu: unui pacient i se poate cere să-și finalizeze afirmațiile cu “îmi asum responsabilitatea pentru aceasta”.

b) Folosirea pronumelor personale – care îl încurajează pe pacient/client să-și asume responsabilitatea: eu, pentru mine, mie, în loc de : noi, pentru noi, oamenii etc. Prin această tehnică pacienții/clientii

devin treptat proprietarii propriilor idei și sentimente: “Mă sperie gândul că trebuie să dau examen”, decât “**îi** sperie gândul pe **oameni**” că vor merge la examen.”

c)Acum sunt conștient –este o tehnică deosebită, urmărind lărgirea orizontului conștiinței propriului eu, concomitent cu luarea legăturii cu acest eu. Astfel, pacienții/clientii sunt invitați să-și închidă ochii și încurajați să pătrundă în lumea interioară pentru a spune : “Acum sunt conștient”, înainte de orice afirmație. De exemplu: “ Acum sunt conștient că există o tensiune în mâna mea dreaptă”. Amplificarea exercițiilor și cu ochii deschiși favorizează conștientizarea evenimentelor, fenomenelor, proceselor ce se desfășoară în interiorul ființei lor, prin raportarea la mediul lor.

d)Tehnica scaunului gol – este folosită în situațiile în care se urmărește aplanarea conflictelor între diferite componente ale personalității.

De exemplu, un pacient/client vrea să invite un medic să ia masa împreună la un restaurant, dar îi este frică de un refuz.

Se plasează scaunul gol în fața pacientului. I se spune că pe scaun se află partea personalității lui care nu vrea să invite medicul. După ce pacientul/clientul își exprimă elementele pozitive, este invitat să se așeze în scaunul gol și să menționeze motivele pentru care nu vrea să-l invite pe medic la restaurant. Pacientul/clientul va face acest schimb de locuri până rezolvă problema.

2. PSIHOTERAPIA EXISTENȚIALISTĂ

Nietzsche , Heidegger, Sartre, Bader pot fi menționați ca precursori. În esență, ei consideră că fiecare persoană trebuie să-și definească propria existență.

În terapia existențială se au în vedere următoarele cinci elemente:

1)Unicitatea individului

Nimeni nu este la fel cu altcineva, dar, pentru a fi conștient de propria unicitate, fiecare trebuie să se recunoască drept individualitate distinctă.

Aceasta se obține grație unei dureroase experiențe fundamentale: izolarea, singurătatea existențială, prin care o persoană încearcă să-și descopere sensul existenței. La capătul acestei experiențe individul poate să-și descopere capacitatea de a deveni autonom.

2)Descoperirea sensului existenței

Dimensiune asociată lui Victor Franke, de altfel, pornind de la experiența sa ca prizonier de război. În lucrarea sa, “**Căutarea omului pentru aflarea sensului existenței**”, lucrare de bază în **logoterapie**, autorul sugerează că cea mai importantă problemă psihologică în confruntarea omului cu viața este **lipsa sensului vieții**. Aceasta lipsă a sensului vieții el a numit-o “vacuum existențial”. Căutarea sensului vieții se poate realiza cu ajutorul logoterapiei (logos, gr.=spirit ordonator, sens), care abordează existența în aspectele ei spirituale.

3) Rolul anxietății

Anxietatea este văzută sub forma a două tipuri: *anxietatea normală*, *existențială* – corelată cu situațiile, care ne mobilizează; și *anxietatea nevrotică*, ce ne copleșește și care nu este ca intensitate, proporțională cu situația. Anxietatea existențială este absolut necesară și ne învață cum să ne organizăm într-o confruntare.

4) Libertatea și responsabilitatea

În viziunea existențialistă sunt inter-relaționate. Suntem liberi să ne alegem propriul destin și din acest unghi de vedere clienții trebuie să fie ajutați în conștientizarea alegerilor lor.

5) Existența și non-existența

Sau viața și moartea; – sunt legate de libertate și responsabilitate.

Procesul psihoterapeutic

Procesul psihoterapeutic se susține prin aceste cinci elemente. Astfel, clienții sunt îndreptați spre:

1. Descoperirea propriei identități
2. Descoperirea scopului propriei vieți
3. Folosirea anxietății într-un sens pozitiv
4. Conștientizarea propriilor alegeri și asumarea responsabilităților corelative
5. Acceptarea morții ca o realitate care dă orientare și semnificație vieții.

Tehnici

Logoterapia lui Frankl utilizează tehnici specifice. Autorul descrie două tehnici esențiale.

a) intenția paradoxală – solicită pacientul să facă ceea ce se teme să facă, să se bâlbâie, de pildă, dacă are sentimentul de teamă. În felul acesta este depășită anxietatea anticipatorie, redefinindu-se succesul sau eșecul.

b) de-reflexia – în care pacientul se concentrează mai mult asupra punctelor sale tari, decât asupra celor slabe, pe care trebuie să le ignore.

Un proces deosebit, la care Frankl s-a referit, dar din păcate, nesuștinut de nici o tehnică prin care să accedem la el, este acela de auto-transcendere. Prin acest procedeu, crede Frankl, psihoterapeutul transcende dincolo de limitele propriei individualități, ajungând să trăiască direct viața interioară a pacientului. Aceasta ar fi o *întâlnire existențială*.

3. ART TERAPIA CREATIVĂ (ATC)

Este afară de orice dubiu că arta, oricare ar fi domeniul de manifestare, face parte din viața noastră și că, mai mult sau mai puțin științific, suntem cu atât mai sănătoși psihic, cu cât suntem mai creativi. Dar ne și putem susține această sănătate prin utilizarea modalităților artistice: muzică, dans, dramă, pictură. În acest caz, psihoterapeuții sunt pregătiți special.

Art terapia creativă s-a dovedit deosebit de eficace în :

1. Facilitatea comunicării non-verbale a clienților, care nu vorbesc și se simt stânjeniți, din punct de vedere cognitiv, în întâlnirile cu terapeuții lor;
2. A permite terapeuților să exploreze instantaneu și în profunzime universul afectiv al pacienților;
3. Stimularea legăturilor terapeutice.

Lipsindu-i un exhaustiv fundament teoretic, art terapia creativă nu s-a impus ca o școală, ci ca o orientare deosebită. Cel puțin două puncte comune cu teoria existențialistă (*transcendența* și *întâlnirea existențială*) dau posibilitate psihoterapeutului să se identifice cu universul emoțional al pacientului.

Terapia prin artă încorporează multe din formele artelor vizuale, incluzând: pictura, sculptura, fotografia, modelarea și, de ce nu, chiar și meșteșuguri: olăritul, spre exemplu.

Ideile-forța ale terapiei prin artă sunt:

- oferă o formă de substituie prin care pacienții pot să-și realizeze gratificarea nevoilor subconștiente;
- simbolurile vizuale pot fi utile ca instrumente de diagnosticare;
- permite exprimarea universului ideo-afectiv inconștient;
- promovează un simț al echilibrului intern.

Art terapia creativă a fost aplicată în cadrul majorității școlilor de psihologie și consiliere.

De exemplu, *Silver* a descris modul cum conceptul de ordine gradată, consecutivă, se poate dezvolta prin intermediul picturii. *Jung* a observat că folosirea culorii era legată de percepție și judecată. Galbenul era asociat cu intuiția, roșul era legat de sentimente, verdele sugera senzațiile, albastrul reprezenta gândirea .

S-a sugerat, de asemenea, că selecția culorilor este asociată stărilor afective-emoționale: negru sau gri – care indică depresia și alb – care sugerează rigiditatea emoțională. *Stabler* a observat că proporția, forma, detaliul, mișcarea și tema pot fi folosite pentru a obține o evaluare aproximativă a dezvoltării psihosociale, cognitive și de maturitate. El a identificat trei tipuri de desene, care ar putea fi folositoare în terapia prin artă: autoportrete, desene libere, desene de familie.

Desenele libere, schițele sugerează realizarea unei legături directe cu procesele subconștientului.

Și această formă de terapie prin artă poate fi folosită cu pacienții, indiferent de vârstă. *Fleishman* și *Fryrear* au observat că poate fi foarte utilă în cazul tinerilor dezavantajați din ghetto-uri , copiilor cu probleme de identitate sexuală, copiilor retardați mintal, pacienților sinucigași.

De exemplu, “liniuța suicidală”, care este o alunecare a stiloului pe hârtie, sau o linie nepotrivită trasă într-o imagine, desenele care se repetă intens într-o imagine și care se pot sugera planuri, idei suicidare.

4. TERAPIA PRIN DRAMATURGIE-TEATRU

Originea acestei modalități terapeutice o aflăm în psihodrama lui Moreno. Deși terapia prin dramaturgie-teatru se află, totuși, în stadiu incipient, există câteva caracteristici care o individualizează.

Astfel, *Irwin* menționează următoarele aspecte:

- Drama oferă posibilitatea de exteriorizare, studiere și învățare din experiențe, atât reale cât și imaginare;
- Teatrul permite exprimarea afectelor puternice, a gândurilor, impulsurilor și acțiunilor ;
- Teatrul se ocupă direct și deschis de diferite funcții ale personalității;
- Înțelegerea conflictelor emoționale este facilitată de exprimarea lor și jucarea lor.

Tehnici și rezultate

Terapeuții care folosesc teatrul sintetizează o gamă largă de orientări teoretice: de la cele psihanalitice, până la cele comportamentale și la cele spirituale.

Dintre procedurile obișnuite asociate cu terapia prin teatru, se remarcă, în primul rând, jucarea spontană a unui rol (*Fleshman* și *Fryrear*). Apoi terapeutul folosește o varietate de proceduri: mișcare, mimică, jocurile cu păpuși, pentru a-l implica pe pacient în acțiune, astfel încât să se poată realiza exteriorizarea și exprimarea conflictelor interioare (Irwin). De asemenea, terapia prin teatru contribuie la evaluare și diagnosticare, prin analiza rolurilor care au fost jucate sau a

celor refuzate; a temelor și conflictelor care au apărut în fantezii și povești; a procesului ședinței în termenii eliberării afective (Irwin).

Această terapie este valabilă pentru toate vârstele.

Multimodalități ale art terapiei creative

Mult mai eficientă este folosirea art terapiei creative dacă implică multimodalități de expresie.

Astfel sunt folosite toate formele de art terapie menționate în scopul creării posibilităților nelimitate pentru expresia creativă.

Nystul a propus un model cu patru etape ale art terapiei creative, în care pot fi folosite arta, muzica ori dansul cu de toate vârstele de clienți.

Faza I- Amenajarea scenei/decorului

Psihoterapeutul așează scena pentru a crea cadrul de desfășurare a procesului creativ. Utilizează materialele disponibile pentru arta creativă sau pentru încurajarea pacientului.

Faza II –Oferirea unui exemplu

Psihoterapeutul, pornind de la un instrument, îi arată clientului un mod de asumare a riscului sau de auto-demascare.

Faza III –Auto-relaxarea, naturalitatea

Psihoterapeutul va renunța inițial la analiza expresiilor creative ale clientului, tocmai pentru ca acestea să se desfășoare în totalitatea bogăției lor.

Faza IV – Obținerea înțelegerii fenomenologice a clientului

În momentul în care clientul și-a completat exprimarea creativă (un cântec, un desen etc.), psihoterapeutul poate încerca să câștige înțelegerea

fenomenologică a acestuia. Aceasta se poate realiza prin stimularea clientului să descrie ce spune expresia creativă despre ei înșiși.

Folosirea art terapiei creative multi-funcționale ne dă posibilitatea evaluării și diagnosticării clienților, prin dirijarea acestora în așa fel încât aceștia să-și proiecteze propriile gânduri și sentimente într-o modalitate creativă; poate sprijini auto-dezvăluirea clienților, prin utilizarea “supapelor” (obiecte) de evadare, eliberare; poate intensifica interesul social al clienților, concomitent cu descoperirea sprijinului care poate rezulta din împărtășirea unei expresii creative; poate dezvolta înțelegerea fenomenologică a clienților, când ei se autodefinesc în termenii expresiei creative și poate promova o întâlnire existențială, din moment ce psihoterapeuții trăiesc direct, pe viu, emoțiile clienților, grație expresiilor creative.

5. TERAPIA PRIN DANS

Originile terapiei prin dans pot fi ușor regăsite în ritualurile cele mai vechi, care de multe ori însoțeau actul vindecării.

Fleshman și **Fryrear** au identificat ideile-forță asociate terapiei prin dans :

1. Ideea fundamentală este integrarea minții și a trupului într-un tot armonios;
2. Mișcarea poate reflecta starea de spirit a unui pacient și poate indica flexibilitatea ori rigiditatea;
3. Dansul oferă ocazia pacienților de a se exprima, de a se auto-exprima, în primul rând.

Terapia prin dans poate face apel la dansul pacienților, singuri, sau împreună cu alții. Dansul poate fi spontan sau structurat. O atenție specială se acordă la ceea ce pacientul comunică sau descoperă prin dans. În dans, de asemenea, sunt importante câteva elemente: felul cum pacientul interacționează cu alții (distanța-apropierea), conștiința pacientului asupra spațiului și felul cum dansul se poate lega de o problemă particulară, pe care o trăiește pacientul.

Fleshman și Fryrear au identificat scopurile terapiei prin dans, care include :

1. Îmbunătățirea funcțiilor motorii ;
2. Amplificarea relației dintre pacient și terapeut ;
3. Creșterea libertății de mișcare a pacientului, pentru a facilita exprimarea sentimentelor, atitudinilor, ideilor ;
4. Sublimarea impulsurilor erotice și agresive ;
5. Încurajarea relațiilor inter-personale ;
6. Stimularea, activarea și relaxarea corpului pacientului.

Terapia prin dans este, de asemenea, valabilă pentru toate vârstele.

6. BIBLIOTERAPIA

Este o metodă psihoterapeutică folosită intuitiv de specialiști și clienți. Specialiștii au în vedere o lectură dirijată în scopul înțelegerii și rezolvării problemelor relevante ale unei persoane.

Fleshman și Fryrear consideră conceptele cheie ale biblioterapiei ca fiind derivate din teoria psihanalitică. Acestea sunt :

Universalizarea – clienții minimalizează sentimentele de vină, rușine, izolare, când descoperă că și alții împărtășesc aceleași probleme în viață ;

Identificarea – clienții se pot identifica astfel cu personajele din cărți, care pot oferi roluri pozitive prin raportarea lor la atitudini și valori ;

Catharsis-ul – convorbirile biblioterapeutice de grup asigură clienților ocazii pentru demascare și purificare ;

Sondarea psihologică – pacienții pot obține sondarea psihologică prin fixarea unui cadru extern de referință, pentru comparație.

Biblioterapia se fundamentează pe cerința ca pacienții să citească o carte, în funcție de rezultatele pe care aceștia le doresc, dar și în funcție de obiectivele urmărite de psihoterapeut (biblioterapeut). În faza imediat următoare, ei pot discuta cu terapeutul despre ceea ce au învățat din lectură.

7. MELOTERAPIA

Muzica este cea mai veche formă de artă asociată vindecării bolnavilor și rezolvării problemelor sufletești. De la ritualurile populațiilor primitive, la cele religioase, în toate regăsim forța regenerativă a muzicii.

Fleishman și Fryrear identifică trei idei-forță asociate terapiei muzicale:

1. muzica este o parte integrantă a culturii ;
2. muzica poate ajuta pacienții să “prindă” legătura cu propriile gânduri și stări emoționale și să le comunice prin limbaje non-verbale;

3. muzica are o structură de bază caracterizată de ritm, melodie, înălțime, tempo, acorduri, care, toate, împreună, pot fi întrebuințate în același timp sau în mod distinct, pentru a sprijini organizarea armonioasă a întregii ființe.

Terapia prin muzică include o gamă largă de activități care au avut sau au un contact cu experiențele muzicale. Astfel întâlnim: audiția muzicală, cântatul la instrumente, compoziția, improvizația.

Improvizația este considerată o metodă fundamentală, pentru că ea implică, în gradul cel mai înalt, creația.

Autorii mai sus citați au sugerat că terapia prin muzică implică activități de bază ca:

- experiența de recreere și orientarea spre distracție, pentru a genera socializarea;
- grupurile de audiție muzicală (în sens terapeutic) generează coeziunea de grup;
- o activitate adiacentă psihoterapiei pentru stimularea emoțiilor, pentru încurajarea discuțiilor, promovarea auto-înțelegerii și facilitarea socializării;

stimularea colaborării (ex., pacienții care sunt rugați să cânte un duet).

ANEXA IV

**CODUL ETIC AL ASOCIAȚIEI AMERICANE DE TERAPIE
PENTRU FAMILIE ȘI CĂSĂTORIE**

CAPITOLUL I

Preambul

Comisia de directori ai Asociației americane de terapie pentru căsătorie și familie promulgă prin prezenta Codul principiilor etice de terapie a căsătoriilor și familiei, efectiv începând cu 1 august 1988. Codul AAMST al principiilor etice pentru terapia de căsătorie și familie se aplică tuturor membrilor AAMST, doctori de clinică, studenți sau asociați și tuturor membrilor AAMST confirmați, începând cu august 1988.

Dacă un membru AAMST își dă demisia în anticiparea sau în timpul unei investigații etice, comitetul etic își va completa totuși investigația. Orice publicație sau acțiune întreprinsă de asociație va menționa faptul că membrul respectiv a încercat să-și dea demisia în timpul investigației.

Terapeuții de căsătorie și familie sunt încurajați să raporteze orice conduită neetică a colegilor și să aducă acest lucru la cunoștința tuturor membrilor asociației profesionale și comisiilor de regulament.

Terapeuții de căsătorie și familie se vor dedica creșterii bunăstării familiilor și indivizilor, incluzând respectarea drepturilor celorlalte persoane care le solicită ajutorul, făcând eforturi rezonabile să se asigure că serviciile lor sunt folosite într-un mod corespunzător.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor proceda la discriminări și nu vor refuza ajutor profesional nici unei persoane pe baza rasei, sexului, religiei sau originii naționale.

Terapeuții de căsătorie și familie în cunoștință de influență pe care o au asupra pacienților (clienților) vor evita exploatarea încrederii și dependenței acestor persoane față de ei.

Terapeuții de căsătorie și familie vor face toate eforturile pentru a evita relațiile duale cu pacienții (clienții) și-și vor împărtăși judecata profesională cu scopul de a ridica și eradica, în același timp, riscul exploatării. Exemple de astfel de relații duale include, fără a se limita la acestea, legături de afaceri, relații personale, intimitate sexuală în timpul terapiei și până la doi ani de la încheierea terapiei.

Terapeuții de căsătorie și familie nu-și vor folosi relațiile profesionale pentru a-și urmări propriile interese.

Terapeuții de căsătorie și familie vor respecta drepturile pacienților (clienților) și vor respecta deciziile lor, ajutându-i să depășească și consecințele acestor decizii.

Terapeuții de căsătorie și familie își vor sfătui pacientul (clientul) în orice decizie de schimbare a statutului marital și își vor intensifica în acest fel responsabilitatea față de el.

Terapeuții de căsătorie și familie vor continua relațiile terapeutice doar atât timp cât este în mod evident necesar pentru cei care beneficiază de pe urma acestor tratamente.

Terapeuții de căsătorie și familie vor ajuta persoanele să obțină și alte servicii terapeutice, dacă un terapist de căsătorie și familie nu este capabil sau nu dorește, din motive bine întemeiate, să aibă de-a face cu o persoană care i-a solicitat ajutorul profesional.

Terapeuții de căsătorie și familie nu-și vor abandona și nu-și vor neglija clienții în tratament, fără a face aranjamentele necesare pentru continuarea acestor tratamente.

Terapeuții de căsătorie și familie vor obține un acord scris de la pacienții (clienții) lor înainte de a-i înregistra, înainte de a le transcrie convorbirile care au avut loc în intimitate și înainte de a face publică oricare din activitățile lor, mărturisită pe parcursul ședințelor de terapie.

CAPITOLUL II

Confidențialitatea

Terapeuții de căsătorie și familie vor manifesta confidențialitatea asupra problemelor unui client în timpul relațiilor terapeutice și acest lucru se poate aplica mai multor persoane în același timp. Ideea de bază este că terapeuții de căsătorie și familie nu pot să facă publice confesiunile clienților lor, cu următoarele excepții:

- atunci când terapeutul este forțat de lege
- atunci când terapeutul dorește să prevină un risc clar și imediat asupra altor persoane
- atunci când terapeutul este parte vătămată într-un proces civil, penal sau disciplinar
- dacă există permisiunea, obținută în scris, din partea pacientului (clientului)

În cazul în care mai mult de o singură persoană din familie beneficiază de terapie, fiecare membru al familiei, care are competența legală de a da o permisiune scrisă, are obligația, în cazul ivirii uneia din situațiile de mai sus, să acorde permisiunea cerută de terapeut.

Terapeuții de căsătorie și familie vor folosi materiale clinice pentru predarea, scrierea și elaborarea de articole științifice, dacă permisiunea scrisă a fost primită în acord cu acest regulament.

Terapeuții de căsătorie și familie sunt obligați să mențină confidențialitatea și asupra materialelor referitoare la un pacient (client), pe care le pot deține și să dispună, la un moment dat.

CAPITOLUL III

Competența profesională și integritatea

Terapeuții de căsătorie și familie se vor dedica menținerii unor standarde profesionale înalte, și, de asemenea, menținerii unei competențe și integrități profesionale pe tot parcursul carierei.

Terapeuții de căsătorie și familie, condamnați pentru crime penale, pentru fals în acte publice, care se angajează într-o conduită care poate duce la o crimă penală sau la fals în acte publice, care sunt excluși din alte organizații profesionale, care au licențele sau certificatele suspendate sau revocate, care nu mai sunt competenți pentru a practica terapia de căsătorie și familie, întrucât au probleme fizice sau mentale, din cauza folosirii alcoolului sau a unor substanțe narcotice, care nu reușesc să coopereze cu asociația în timpul unei investigații etice sau în timpul unei investigații cauzate de o plângere a unui pacient (client), sunt pasibili de excluderea din organizație.

Terapeuții de căsătorie și familie vor căuta ajutor profesional atât în problemele lor personale, cât și în conflictele profesionale sau personale pe care le au.

Terapeuții de căsătorie și familie, aflați în postură de profesor, se vor dedica menținerii unui standard înalt de școlarizare și cercetare.

Terapeuții de căsătorie și familie vor căuta să descopere noi tehnici și strategii în terapia de familie, atât din punct de vedere teoretic cât și practic.

Terapeuții de căsătorie și familie nu se vor angaja în forme de hărțuire sexuală sau în forme de exploatare a studenților, cercetătorilor aflați în grija lor, colegilor, subiecților de cercetare sau a oricărui alt membru al contextului profesional în care ei se manifestă.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor diagnostica, nu vor trata și nu vor da sfaturi în chestiuni care sunt în afara competenței lor profesionale.

Terapeuții de căsătorie și familie vor încerca să evite folosirea inadecvată sau abuzivă a cercetărilor lor din clinică sau din cercetarea personală.

Terapeuții de căsătorie și familie vor fi conștienți, datorită poziției de influență pe care o au asupra altora, că trebuie să exerseze o grijă specială asupra tuturor persoanelor cu care vin în contact.

CAPITOLUL IV

Responsabilitate față de studenți, angajați sau alte persoane aflate în supraveghere

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor exploata încrederea și dependența studenților față de ei, a altor angajați și a altor persoane aflate în supravegherea lor.

Terapeuții de căsătorie și familie vor fi conștienți de poziția de influență pe care o au asupra studenților, angajaților și a altor persoane aflate în supravegherea lor și vor evita să exploateze încrederea și dependența acestor persoane față de ei.

Terapeuții de căsătorie și familie vor face orice efort pentru a evita relațiile duale, care ar putea atrage o judecată asupra statutului lor profesional sau care pot mări riscul exploatării. Exemple de astfel de

relații duale includ, fără a fi limitate la acestea, acordarea de terapie studenților, angajaților sau altor persoane aflate în supraveghere științifică, relații de afaceri, sau relații intime cu studenții, angajații și alte persoane aflate în supraveghere. Intimitatea sexuală cu studenții, angajații și alte persoane aflate în supraveghere este strict interzisă.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor permite studenților, angajaților și altor persoane aflate în supravegherea lor să întrețină relații extraprofesionale și vor permite ca aceștia să exerseze fenomene științifice situate deasupra nivelului lor de cunoștințe și competențe.

CAPITOLUL V

Responsabilitatea față de profesie

Terapeuții de căsătorie și familie vor respecta drepturile și responsabilitățile profesionale ale tuturor colegilor.

Vor respecta toate regulamentele etice din programul de terapie. Vor participa la activități menite să avanseze nivelul și țelul profesiei lor.

Terapeuții de căsătorie și familie sunt obligați să respecte regulamentul profesional și etic atât timp cât sunt membri și angajați ai organizațiilor profesionale menționate.

Terapeuții de căsătorie și familie vor acorda credit public celor care au contribuit la realizarea unor articole științifice și publicații, în concordanță cu practicile de publicare și profesionale.

Terapeuții de căsătorie și familie care sunt autori de cărți sau materiale, care sunt publicate și răspândite, vor avea obligația să citeze în mod corespunzător persoanele de la care au preluat idei originale.

Terapeuții de căsătorie și familie, care sunt autori de cărți sau materiale publicate sau distribuite de organizații, vor lua măsuri

rezonabile de precauție, pentru a se asigura că toate aceste materiale și cărți vor fi folosite în mod corespunzător de către alte organizații.

Terapeuții de căsătorie și familie, în postură de cercetători, trebuie să informeze în mod adecvat, atât pacienții (clienții) cât și studenții, asupra regulilor și legilor referitoare la conduita profesională.

Terapeuții de căsătorie și familie trebuie să-și asume responsabilitatea de a participa la acțiuni care contribuie la îmbunătățirea atmosferei în comunitatea în care trăiesc și își desfășoară activitatea, în societate, incluzând devotamentul față de activitățile profesionale puse în slujba colectivității, fără beneficii financiare.

Terapeuții de căsătorie și familie se vor ocupa de dezvoltarea legilor și regulamentelor privind terapia de căsătorie și familie, pentru a servi interesul public, fără a le diminua, anihila în contact cu interesul public.

Terapeuții de căsătorie și familie vor încuraja participarea publică la servicii comunitare și la întărirea regulamentelor de practicare a acestor servicii.

CAPITOLUL VI

Facilități financiare

Terapeuții de căsătorie și familie vor avea un aranjament financiar cu pacienții (clienții) și nu vor oferi sau accepta remunerații extraprofesionale.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor avea tarife excesiv de mari pentru serviciile prestate.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor face publică structura financiară și mecanismul tarifelor aplicate pacienților (clienților) și nici tratamentele aplicate.

Terapeuții de căsătorie și familie vor manifesta o grijă deosebită în legătura financiară pe care o vor dezvolta cu pacienții (clienții) în vederea serviciilor prestate.

CAPITOLUL VII

Reclama

Terapeuții de căsătorie și familie vor desfășura o activitate corespunzătoare informațională, pentru încurajarea terapiei de căsătorie și familie.

Terapeuții de căsătorie și familie își vor prezenta, în mod corespunzător, la nivel public, competența, educația, pregătirea, experiența, ca factori fundamentali în relevarea practicii terapiei de căsătorie și familie.

Terapeuții de căsătorie și familie se vor asigura că toate materialele destinate publicațiilor cu caracter comercial, toate reclamele de ziar, radio sau televiziune sunt formulate în mod corespunzător pentru a determina o selecție corespunzătoare.

- Informația poate cuprinde locația biroului (adresă, număr de telefon) numărul cărții de credit, structura tarifelor propuse, limbile străine vorbite și orele de audiență.

- Informația mai poate include gradele corespunzătoare ale terapeutului, numărul licenței (al certificatului), numărul de membru AAMST și statutul acestuia în organizație, descrierea practicii abordate.

Terapeuții de căsătorie și familie nu vor folosi nume care ar putea să deconcerțeze atenția publică față de identitate, responsabilitate, sursa strategiei de terapie a celui care o practică sub un anumit nume.

Terapeuții de căsătorie și familie nu-și vor folosi identificarea profesională, precum numărul legitimației profesionale, însemnul biroului, lista cu numerele de telefon ale asociației de care aparține, în cazul în care acestea conțin o dimensiune falsă, frauduloasă sau deconcertantă. O astfel de declarație devine falsă sau frauduloasă, dacă ea conține material deviant, dacă nu reușește să descrie în mod corespunzător practica terapeutică, dacă este în mod intenționat creată pentru a determina un fals în acte publice.

Terapeuții de căsătorie și familie se pot prezenta în limitele profesionale ale specialității căreia îi aparțin, dar nu se pot pretinde specialiști într-o altă ramură, fie ea adiacentă sau auxiliară.

Terapeuții de căsătorie și familie nu pot folosi inițialele AAMST în continuarea numelui lor, în forma unui grad academic.

Terapeuții de căsătorie și familie nu pot folosi inițialele sau numele AAMST în cărțile lor de vizită într-o formă abreviată. Asociația, care este singurul deținător al acestui nume, poate folosi aceste inițiale și forma abreviată a numelui. O diviziune regională a AAMST poate folosi însemnele, numele și inițialele organizației, pentru a-și prezenta medicii clinicii respective, ca grup de membri ai asociației mari.

Terapeuții de căsătorie și familie vor folosi statutul de membru în AAMST doar în legătură cu activitățile lor clinice și profesionale.

PROCEDURA SELECȚIONĂRII CONSILIERILOR

Două etape majore trasează cadrul generic al procedurii prin care, o anumită persoană, la un moment dat decide ca, prin efortul de voință și participare proprie, să se alăture celor ce slujesc progresului și dezvoltării ființei umane:

I. Prima etapă cuprinde două faze procedurale:

- A. Manifestarea de voință concretizată în formula administrativă a unei **Cereri**
- B. Depunerea **Dosarului Personal**. Dosarul Personal conține următoarele:
 - **C.V. – formular special** (a se vedea modelul de mai jos)
 - **C.V. – în formula clasică** din care să rezulte studiile, cursurile și calificările dobândite precum și locurile, respectiv formele de activitate prestate anterior
 - **Scrisoare de Intenție**, în formula clasică
 - **acte doveditoare** ale celor de mai sus
 - **Scrisoare de Autoprezentare** în trei părți, după cum urmează:
 - 1) **imaginea de sine**
 - cum se privește pe sine și cum îl privesc ceilalți
 - care au fost (de-a lungul timpului) și sunt în prezent, raporturile personale cu valorile sociale unanim acceptate, cu grupurile sociale și organizarea de ansamblu a comunității umane (familie, școală, loc de muncă, viață politică, guvernanți, mediile de afaceri, etc.)

2) optica de viață

- felul în care percepe organizarea, evoluția, devenirea și sensul vieții
- raportul cu divinitatea, căile și doctrinele religioase ori filosofice; credința; reprezentarea lucrurilor, etc.
- felul în care este perceput rostul de ansamblu al evenimentelor lumii, al tuturor lucrurilor în univers; sensul lor și importanța pentru dezvoltarea științei și omului (de la nașterea galaxiilor și Ordinea Cosmică, la viața particulelor subatomice și de la marile creații ale spiritelor umane, la "relele" inevitabile ale speciei noastre: războiul, suferința, boala, exploatarea umană, etc.)

3) rostul propriu

- se va preciza sensul condiției existențiale, logica ce stă la baza existenței personale ca ființă umană, prin raportare la societate și la univers. Altfel spus, candidatul arată la acest punct, rostul pe care îl atribuie venirii sale pe lume, "de ce?", și "pentru ce?" există ca individ aparte purtător al unui nume și al unui statut social etc.

II. A doua etapă

Vizează operațiunile de evaluare a candidatului atât ca ființă, cât și în calitate de persoană umană. Astfel încât se vor avea în vedere următoarele aspecte:

a) existența unui potențial nativ, conținând capacitățile/ valențele/ orientările/ aspirațiile/ predispozițiile etc. așa cum sunt ele cerute pentru consilierea în Managementul calității Vieții și Condiției Umane (așa cum s-a arătat în volumul de față)

b) capacitățile și valențele dobândite pe parcursul vieții, ca urmare a voinței, efortului și orientării/ dorințelor proprii, prin exercitarea diverselor activități

c) pregătirea de specialitate:

- studiile școlare clasice
- studiile extrașcolare, orientate spre niveluri de profunzime ale creației umane (deopotrivă științifice, artistice, filozofice, etc.) și care se axează, ori sunt conexe cadrului conceptual și bibliografic propriu cercetării transdisciplinare (și facem aici din nou trimitere la volumul amintit)

d) activitatea personală anterioară - vizează preocupările specifice de obiectualizare a impulsului creativ, de materializare a conceputului ideatic, de investigare, descoperire, inovare și progres etc., așa cum sunt schițate în formularul de C. V.- special anexat.

e) dorința și motivația necesare precum și cunoașterea și asumarea condiției umane specifice cercetătorului transdisciplinar, așa cum a fost aceasta conturată în volumul de față precum și în : "Fundamentele cercetării transdisciplinare"

f) fondul moral și de conștiință, aspect absolut necesar, pe de o parte, atât pentru capacitatea de viziune transdisciplinară și înțelegere holografică a proceselor ce se derulează la nivel cosmic, cât și, pe de altă parte pentru verificarea disponibilității de a sluji în mod real, practic, progresului umanității, științei, valorilor, ființei și comunității în ansamblu, precum și a pregătirii/ calificării psihice (puterii interioare) de a trece peste piedicile specifice condiției de cercetător, fără a fi tentat să abandoneze misiunea, ori să se întoarcă din drum. Această putere interioară ține de nivelul de evoluție individuală a fiecărei ființe umane în parte și numai cei aflați la un nivel înalt de dezvoltare se vor număra printre cei "născuți", restul fiind doar "chemați".

Pașii procedurali parcurși în această a doua etapă secundă sunt următorii:

1. întocmirea psihogramei pe baza datelor din TPS (Testul Psihologic Special – a se vedea mai jos, precum și volumul "Fundamentele consilierii...")

2. coroborarea datelor din Dosarul personal cu cele ale Psihogramei
3. analiza datelor și formularea concluziilor parțiale
4. interviul oral susținut de candidat în fața Comisiei de Evaluare, urmat de formularea concluziilor finale. Pe baza raportului favorabil al acesteia, candidatul este propus pentru numirea pe unul dintre posturi în funcție de rezultatele obținute.

= CURRICULUM VITAE =

Partea I

BUNICII

(I) BUNICA: NUME.....PRENUME.....
ANUL și DATA NAȘTERII: Anul.....Luna.....Ziua.....
Localitatea.....Naționalitatea.....Profesia.....
Ocupația.....Hobby-uri,pasiuni.....

BUNICUL: NUME.....PRENUME.....
ANUL și DATA NAȘTERII: Anul.....Luna.....Ziua.....
Localitatea.....Naționalitatea.....Profesia.....
Ocupația.....Hobby-uri,pasiuni.....

(II) BUNICA: NUME.....PRENUME.....
ANUL și DATA NAȘTERII: Anul.....Luna.....Ziua.....
Localitatea.....Naționalitatea.....Profesia.....
Ocupația.....Hobby-uri,pasiuni.....

BUNICUL: NUME.....PRENUME.....
ANUL și DATA NAȘTERII: Anul.....Luna.....Ziua.....
Localitatea.....Naționalitatea.....Profesia.....
Ocupația.....Hobby-uri,pasiuni.....

PERIOADA PREȘCOLARĂ

1) Cine s-a ocupat mai mult de educația dumneavoastră? (*dintre părinți, bunici, alții*)

2) De care dintre cei doi părinți v-ați simțit mai apropiat? De ce?.....

3) Care erau poveștile și basmele preferate? Exemplificați.....

Cine vi le povestea?.....

4) Ce eroi preferați aveți (din basme, povestiri, etc.)?.....

5) Care erau jocurile preferate?.....

6) Cu cine v-ati dorit să semănați la această vârstă? Exemplificați.....

7) În această perioadă obișnuiați: (răspundeți prin încercuirea variantelor care vi se potrivesc)

- să cânt la un instrument;

- să pictez, să desenez;
- să cânt (într-un cor de copii, etc);
- să desfac diferite obiecte, să văd din ce sunt făcute;
- să-mi construiesc singur jucării;
- să fac sport (care?)
- să construiesc variante personale la poveștile și basmele auzite (exemplificați):.....
.....
.....
- altele.....

8) Ați participat la vreun concurs, competiție în această perioadă?
Exemplificați.....

(menționați dacă ați luat vreun premiu, distincție, etc.)

9) Relatați pe scurt un eveniment, din această perioadă, care v-a impresionat atât de mult încât nu l-ați uitat niciodată:

(dacă există mai multe astfel de evenimente, vă rugăm să le relatați: conotația lor afectivă poate fi atât negativă cât și pozitivă: important este că nu le-ați uitat)

CICLUL PRIMAR

Perioada: 19__ / 19__

Localitatea:

Școala:

Situația școlară: (premii, anul)

1) Ce discipline (materii de studiu) preferați în această perioadă?.....

2) La ce discipline obțineți rezultatele cele mai bune?
Dar cele mai slabe?.....

3) Ați participat în această perioadă, la concursuri pe discipline sau la alte întreceri (artistice, sportive, etc.) Exemplificați

Ați obținut vreun premiu, diplomă, altă distincție ?.....

4) Când aveți nelămuriri, vă preocupa o problemă sau doreați să împărtășiți o idee, o impresie, etc., cu cine preferați de regulă să vă consultați:

- unul din părinți (care?);
- unul dintre bunici;
- învățătorul;
- un coleg mai mare;
- alții (precizați cine).

5) Ce cărți, (autori) v-au impresionat la această vârstă?

6) Ce personaje (din literatură sau alte domenii) v-au impresionat la această vârstă?

7) Care erau ocupațiile preferate în timpul liber?.....

8) Ca cine v-ar fi plăcut să fiți la această vârstă? (personaje din literatură sau alte domenii: persoane reale).....

9) Ce pasiuni extrașcolare aveți în această perioadă?

- să colecționez (*precizați ce anume*)
- să cânt la un instrument (*care?*)
- să fac desene, planșe, etc.;
- să citesc (*de preferință, domeniul; câteva titluri*)
- să fac sport (*care?*)
- să mășteresc „câteva” diferite obiecte;
- să îngrijesc plante, animale;
- să fac lungi plimbări cu colegii;
- să merg în excursii;
- să-mi confecționez jucării, jocuri;
- altele

10) Menționați în această perioadă, o persoană adultă care v-a stimulat, susținut și interesul pentru un anumit domeniu, problematică”? (*precizați: persoana și cât timp a durat această relație*).....

11) Menționați un eveniment, o întâmplare (indiferent de conotația afectivă) pe care nu l-ați fi vrut să se întâmple niciodată:

CICLUL GIMNAZIAL

Perioada: 19__ / 19__

Localitatea:

Școala:

Situația școlară: (premii, anul)

1) Ce discipline (materii de studiu) v-au atras mai mult, v-au stârnit interesul și curiozitatea în această perioadă:

2) Care dintre profesorii dumneavoastră, din această perioadă, v-au impresionat mai mult prin pasiunea și interesul pe care l-au trezit și susținut pentru un anumit domeniu, prin tactul pedagogic și ușurința cu care se făceau înțeleși de elevi? (*enumerați toate situațiile pe care vi le amintiți și domeniul, disciplina sau problematica*)

3) La ce concursuri, competiții (din indiferent ce domeniu) ați participat în această perioadă (precizați domeniile, precum și premiile sau alte distincții primite).....

4) Cu cine preferați să discutați problemele care vă frământau, lucrurile neînțelese, din domeniile care vă preocupau:

- cu un coleg mai mare;
- cu un profesor (care domeniu);
- cu părinții;
- preferați să încercați să le rezolvați singur, independent de orice ajutor.

- 5) Care era literatura favorită la această vârstă? (exemplificați domeniile, titlurile de lucrări și autorii preferați):
- 6) Enumerați trei realizări din această perioadă, pe care dumneavoastră le apreciați cele mai creative:
- 7) Ce personaje (eroi din literatură sau din viața reală) preferați la această vârstă? (enumerați,exemplificați)
- 8) Care era ocupația (sau ocupațiile) preferată în timpul liber?
- 9) Ca cine v-ați dorit să fiți la această vârstă?
- 10) În această perioadă obișnuiați deseori: (încercuiți în ordinea preferinței, ce credeți că vi se potrivesc cel mai bine):
- să închipui diverse proiecte (dacă vă amintiți, puteți exemplifica):
 - să cânt la un instrument (care?)
 - să practic un sport (care?)
 - să pictez, să desenez;
 - să colecționez (precizați ce anume):

- să fotografiez;
- să citesc;
- să fac schițe, planșe;
- să îngrijesc plante, animale;
- să „meșteresc” diferite obiecte;
- să-mi confecționez jocuri;
- să scriu (versuri, proză):
- altele (exemplificați):

- 11) Ce v-ați dorit la această vârstă, să deveniți? (profesia)
- 12) Ați prezentat în public, sau ați publicat, în această perioadă, o problemă, o poezie, schiță, tablou, etc.,realizate de dumneavoastră (precizați ce anume):
- 13) Evenimente, întâmplări (indiferent de conotația afectivă) din această perioadă, care considerați că au afectat cursul vieții dumneavoastră:

PEROADA LICEULUI

Perioada: 19___/ 19___

Localitatea:

Liceul (specialitatea)

- 1) Care dintre profesorii pe care i-ați avut în această perioadă, considerați că au contribuit la orientarea dumneavoastră către un anumit domeniu și profesie: (exemplificați, precizând numele, specialitatea)

- 2) La ce discipline studiați cu mai multă ușurință și plăcere în această perioadă?
- 3) Care dintre profesorii pe care i-ați avut în această perioadă, v-au încurajat cel mai mult ideile, planurile, proiectele, oricât de fanteziste și aparent irealizabile păreau?
- 4) La ce concursuri, competiții (în orice domeniu) ați participat în această perioadă? (menționați dacă ați luat vreun premiu, mențiune, etc.)
- 5) Care erau ocupațiile preferate în timpul liber?
- 6) Precizați trei dintre realizările personale, din această perioadă pe care le considerați importante pentru cariera dumneavoastră în domeniul creației (tehnice, științifice, artistice, etc):
- 7) Ce personalități v-au impresionat la această vârstă prin reușite în domeniul creației:
- din știință:
 - din muzică:
 - din literatură:

- din sport:
 - din arta plastică:
 - din tehnică:
 - din filosofie:
 - din medicină:
 - din politică:
 - alte domenii:
- Cu care dintre ele v-ar fi plăcut să semănați?
- 8) În ce domenii și pe ce teme preferați să citiți în această perioadă?
- 9) A existat în această perioadă o persoană adultă care v-a îndrumat, cu care vă consultați, căreia îi împărtășați gândurile, speranțele, proiectele dumneavoastră, cu care doreați să vă sfătuiți ori de câte ori aveți de luat o decizie importantă? (cine? profesia? cât a durat această relație?)
- 10) În această perioadă obișnuiați deseori: (numerotați în ordinea preferinței)
- să ascultați muzică;
 - să faceți lungi plimbări pe jos;
 - să practicați un sport (care?);
 - să colecționați (precizați ce anume);
 - să pictați, să desenați;
 - să citiți;
 - să scrieți (ce anume);
 - să cântați la un instrument (care?);
 - să faceți schițe, proiecte;

- să visați „cu ochii deschiși”;
- să îngrijiți flori și animale;
- alte activități.

11) Ați publicat (sau ați prezentat în public) în această perioadă o lucrare: (machetă, problemă, poem, proză, un cântec)? (precizați ce anume și anul)

.....

12) Ori de câte ori, într-o problemă pe care o studiați, aveți o neînțelegere, o dilemă, etc., cu cine preferați să vă consultați?

- făceam încercări de unul singur;
 - o discutam cu un profesor; (cine? disciplina?);
-

- mă consultam cu unul dintre părinți (care?);
-

- alte situații (care?)
-

13) Ce profesie v-ați decis să urmați?

.....

Presupunând că acum ați avea posibilitatea să optați din nou pentru cariera pe care o veți urma, ce ați alege?

.....

14) Evenimente, întâmplări care apreciați că au influențat cursul vieții și al carierei dumneavoastră profesionale (indiferent de conotația afectivă, pozitivă sau negativă)

.....

.....

PERIOADA FACULTĂȚII

Perioada: 19__ / 19__

INSTITUTUL DE ÎNVĂȚĂMÂNT SUPERIOR:

FACULTATEA:

SECȚIA:

FORME POSTUNIVERSITARE DE SPECIALIZARE

CURSURI: **Perioada:** 19__ / 19__ : disciplina:

DOCTORAT: **Perioada:** 19__ / 19__ : disciplina:

Titlul lucrării:

Conducător:

1) Care dintre profesorii dumneavoastră din facultate (sau din Institut) considerați că au contribuit la formarea dumneavoastră ca inventatori (că „v-au deschis ochii” în această direcție)? (precizați numele și specialitatea)

.....

.....

2) Ce v-a impresionat mai mult la acest profesor (profesori dacă este cazul)?

Numerotați în ordinea preferinței:

- încuraja, aprecia ideile studenților oricât de „fanteziste” și irealizabile păreau;
- aborda temele tradiționale într-o manieră nouă;
- crea și susținea o atmosferă de colaborare și cooperare între studenți;
- libertatea de a ne alege temele, proiectele, etc. pe care dorim să le realizăm;
- ne-a învățat și antrenat afectiv în metodologia producerii noului în domeniu;

(care, precizați)

- ușurința cu care comunica și se făcea înțeles;
 - era el însuși un inventator (precizați în ce domeniu):
 - profesionalismul și competența;
 - atașamentul și pasiunea pentru profesie;
 - perseverența;
 - altele:
-
-

3) Care erau domeniile (temele, problemele, etc.) cărora le acordați prioritate în studiul și lecturile dumneavoastră? (enumerați 5-7 teme, în ordinea preferinței)

.....

.....

4) Care a fost prima dumneavoastră invenție ? (nu ne interesează dacă ați brevetat-o sau nu, ci doar anul și domeniu)

.....

.....

Cine dintre profesorii dumneavoastră (dacă este cazul) v-a îndrumat?

.....

5) Vă rugăm să ne precizați dacă în timpul facultății ați avut prilejul să prezentați comunicări, lucrări științifice etc., având ca temă invenția (invențiile) dumneavoastră? (anul, tema comunicată)

.....

.....

.....

.....

6) La ce concursuri, competiții (în orice domeniu) ați participat în această perioadă? (precizați dacă ați luat vreun premiu, distincție, etc. și anul)

.....

.....

7) A existat în această perioadă, o persoană (persoane) a cărei activitate creatoare ați admirat-o în mod deosebit? Cine? De ce?

.....

.....

.....

8) Considerați că în activitatea dumneavoastră de creație ați fost influențat de această (aceste) persoane?

.....

.....

9) Ce activități preferați să desfășurați în timpul liber?

.....

10) În această perioadă obișnuiați, de regulă:

- să fac sport (care?)

.....

- să cânt la un instrument (care?)

.....

- să pictez, să desenez;

- să scriu (poeme, proză, scurte schițe, amintiri, etc.); precizați ce anume:

.....

- să fac lungi plimbări pe jos;

- să colecționez (precizați ce anume)

.....

- să ascult muzică (ce gen și ce autori preferați)

.....

- să citesc (ce gen și ce autori preferați)

.....

- să fac planuri și proiecte de viitor;

- să am întâlniri și discuții cu colegii;

- să schițez pe hârtie diferite mecanisme;

- să îngrijesc plante și animale.

11) Ce evenimente, întâmplări au afectat cariera dumneavoastră profesională și productivitatea creatoare?

.....

Partea a II-a

Vă rugăm să descrieți cea mai frumoasă zi din viața dumneavoastră:

Vă rugăm să descrieți cea mai importantă zi din viața dumneavoastră:

Enumerați pe scurt principiile, regulile și normele, etc., care v-au orientat în raporturile cu ceilalți: (dacă doriți, puteți exprima și sub forma unor maxime, cuvinte celebre, etc.) ...

Enumerați pe scurt principiile, regulile și normele care au orientat propria dumneavoastră viață și activitate profesională:

Partea a III-a

1. Cât de importantă este activitatea de creație pentru viața dumneavoastră?

2. Ați crezut uneori că sunteți altfel decât ceilalți? (explicați)

3. Ce sentimente trăiți atunci când lucrați (la o invenție, operă, produs)?

Dar atunci când nu lucrați?

4. Vă place să vorbiți despre activitatea dumneavoastră de creație?

5. Poate fi învățat comportamentul creativ?

6. Ce vă stimulează cel mai mult în activitatea de creație?

Ce vă inhibă cel mai mult?

7. V-ați gândit (încercat) să creați și în alte domenii decât în tehnică? (precizați domeniile în care ați mai creat)

8. Uneori am sentimentul că posibilitatea de a crea este un „dar” pentru care ar trebui să mulțumim:

9. V-a fost uneori teamă că s-ar putea să nu mai puteți realiza nimic nou în domeniul dumneavoastră?

Ați trăit, efectiv, vreodată o astfel de situație?

-
10. Ce schimbări se vor produce în viitor în domeniul creației tehnice (științifice, artistice, etc.)?
-
11. Există un proiect la care ați visat toată viața și pe care l-ați dori împlinit indiferent ce eforturi ar trebui să depuneți și obstacole să depășiți?
-

Partea a IV-a

1. A existat în viața dumneavoastră o persoană mai vârstă, specialist în domeniul dumneavoastră, sau cu bogată experiență educațională care „v-a luat sub aripa sa ocrotitoare” (Kaufmann)?
-
2. Dacă au existat mai multe astfel de persoane, care credeți că v-a influențat cel mai mult?
-
3. Prin ce anume considerați că v-a influențat?
-
4. Cât timp a durat această relație?
5. Ce ați admirat mai mult la această persoană?
-
6. Care sunt cele mai importante lucruri pe care le-ați învățat de la această persoană?
-

7. Când (ce vârstă aveți) și de ce s-a întrerupt această relație?
-
8. Ca profesor (cercetător, etc.) ați procedat la fel, ați „luat sub aripa dumneavoastră ocrotitoare ” elevi, studenți colegi mai tineri? DA/NU (exemplificați, precizând și domeniul în care au devenit performanți)
-
9. Prin ce anume considerați că ați influențat evoluția lor?
-
-
- Care sunt cele mai bune performanțe obținute de cei pe care i-ați îndrumat?
-

Testul Psihologic Special

Redăm în continuare liniile directoare majore în construirea T.P.S., rămânând fiecărui centru, cabinet și consilier în parte adaptarea conținutului complet al acestuia la cerințele optime derivate din raporturile imediate/ concrete cu clienții.

a) Date de identitate:

- numele și prenumele
- data, ora și locul nașterii
- numele preferat a fi purtat
- numele de sex opus, preferat
- numele părinților
- locul/locurile unde și-a petrecut copilăria (0-14 ani) și de cine a fost crescut (părinți, bunici, rude etc. – se arată numele, ocupația gradul de rudenie, și o scurtă descriere a ceea ce făcea acolo – stilul de viață, ocupațiile)
- dacă avea anumite vise ce se repetau, ori care l-au marcat (sa prezinte atât cât își aduce aminte fără efort)
- ce își dorea să fie când va deveni mare
- preocupările majore pe care le-a avut în perioada de școlarizare (7-18 ani), din indiferent ce domeniu: sport, cultură, creație artistică, știință, literatură, activități de timp liber și divertisment, pasiuni/hobby, olimpiade școlare, competiții și concursuri etc
- dacă a avut animale sau plante îndrăgite (scurtă amintire a lor)
- evenimente marcante în perioada de până la 18 ani (din orice domeniu)

b) Elemente de cultură și civilizație

1. Personalități preferate:- culturale, artistice, științifice, politico-istorice, creații literare ori cinematografice etc. (cu o scurtă argumentație, vizând în special răspunsul la întrebarea de ce?)

2. Epoci istorice și locuri în lume unde/când i-ar place ori i-ar fi plăcut să trăiască (să realizeze o scurtă descriere a ceea ce este și face el în acea realitate)

3. Ocupații, hobby, pasiuni, profesii, îndeletniciri: pe care le are, pe care și le-ar fi dorit, pe care le preferă

4. Creații umane preferate: din toate domeniile culturii și civilizației (se poate sugera un număr anumit de domenii special alese, ori se lasă la latitudinea clientului să-și exprime liber opțiunile)

5. Instrumente preferate: ustensile de uz gospodăresc, arme, mașini, mijloace de transport, instrumente muzicale, etc.

c) Elemente ale Naturii

1. Animalele
2. Plantele (flori, arbori, alte plante etc)
3. Peisaje/ forme geologice (munte, câmpie etc): să realizeze o scurtă descriere a peisajului preferat
4. Locul preferat de pe glob (scurtă prezentare)
5. Raportul cu elementul “Apă”: sub ce forme de prezență îi place/displace, ce sentimente încearcă în fața apei în diverse situații (ocean, cascadă, lac întins și liniștit, apă tulbure, gheața polară – fie sunt lăsate la alegerea clientului, fie i se dau anumite variante/situații predeterminate)
6. Raporturile cu elementul “Foc”: (idem)
7. Cerul: cum își imaginează cerul (aspectul plăcut/neplăcut)
8. Anotimpurile: preferat/ refuzat; descrierea unui fragment plăcut din anotimpul preferat

9. Fenomene ale naturii

10. Culorile

d) Visele

1. *Visele obișnuite*

2. *Visele repetate*

3. *Aspirațiile*: ce și-ar dori să profeseze/să fie/ unde să trăiască; cum ar arăta lumea sa ideală; ce stil de viață și-ar dori

e) Întrebări preformulate

➤ *pe categorii de domenii și interes*: matrimoniale/ de cuplu/ familiale/ domeniul muncii/ integrare socială/ compatibilități/ imaginea de sine/ spiritualitate/ aspirații etc. (eventual se realizează pe seturi)

➤ *test unic general*: un singur set cuprinzând întrebări din toate domeniile de la a) dar selecționate și eventual adaptate

f) Tabele cu itemi de opțiune

1. Profesiune/interese

2. Valori morale

3. Trăsături de caracter

4. Stilul de viață

5. Eventual alți itemi: care nu au fost întrebuințați până aici

Se oferă clientului liste cu acești itemi din care el alege elementele care îl caracterizează cel mai bine ori crede el că îl reprezintă.

g) Alte date personale

Rubrică lăsată la latitudinea clientului să completeze cu orice alte aspecte (indiferent cât de nesemnificative le-ar considera) privitoare la sine și viața sa. Pot

fi folosite substantive, adverbe, adjective, pronume, fraze sau chiar eseuri. Poate să se exprime în desene ori alte reprezentări grafice etc.; orice are legătură cu viața sa și nu este premeditat (sau dimpotrivă trebuie să aleagă în urma unei reflecții profunde lucrurile acestea? Sau poate amândouă: o dată să le precizeze pe cele “la prima strigare”, iar apoi să refacă lista în urma reflecției.)

Determinantele *Fenomenului Uman*
Algoritmul de Management al calității Vieții și Condiției Umane

